16 జూలై 2017

ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి







గెలుపుదారి...

త్రీబాక్స్ ఫార్ములా!

హీరోల్లాంటి విలన్లు!

హీరోలే కాదు తెరపై విలన్లు కూడా స్టయిలిష్‌గా కనిపిస్తున్నారు. సిక్స్‌ప్యాక్‌తో, ట్రెండీ దుస్తుల్లో మెరిసిపోతున్నారు. తమ ప్రత్యర్థులు కూడా ఫిట్‌నెస్‌తో ఉండాలని హీరోలు కోరుకుంటున్నారు. అందుకే బాలీవుడ్ నుంచి కొత్తతరం విలన్లు సమకాలీన స్టయిలిష్ లుక్స్‌తో కనువిందు చేస్తున్నారు. వీరిలో చాలామంది మోడలింగ్ నుంచే రావడం విశేషం. ప్రస్తుతం తెలుగులో బిజీగా ఉన్న 'న్యూజెన్' బాలీవుడ్ విలన్లే వీరు.

షో నగర్

హీరో విలన్!

భోజ్‌పురి స్టార్ హీరో రవికిషన్ అసలు పేరుకన్నా 'రేసుగుర్రం'లో మద్దాళి శివారెడ్డిగానే పాపులరయ్యాడు. నలుగురు పిల్లలకు తండ్రయినప్పటికీ ఫిట్‌నెస్ మీద శ్రద్ధ ఎక్కువే. భోజ్‌పురి సినిమాల్లో హీరోగా ఉంటూనే మూడేళ్ల క్రితం తెలుగు పరిశ్రమలోకి అడుగుపెట్టిన రవికిషన్ 'కిక్ 2', 'డిక్టేటర్', 'సుప్రీమ్', 'రాధా' సినిమాల్లో విలన్‌గా చేశాడు. అటు అగ్రహీరోలతో, ఇటు యువ హీరోలతో ఢీ కొడుతున్న రవికిషన్ కోసం ప్రత్యేకంగా విలన్ పాత్రను సృష్టిస్తున్నారు దర్శకులు.



బాడీ బిల్డర్!



థాకూర్ అనూప్‌సింగ్‌ను చూడగానే బాడీబిల్డర్ అని ఇట్టే అర్థమవుతుందెవరికైనా. ముంబయిలో పుట్టి పెరిగిన అనూప్‌సింగ్ అనేక పౌరాణిక టీవీ సీరియళ్లలో నటించాడు. 2013లో ప్రసారమైన 'మహాభారత్'లో ధృతరాష్ట్రుడిగా కనిపించిన అనూప్ బ్యాంకాక్‌లో జరిగిన బాడీబిల్డింగ్ పోటీల్లో గోల్డ్‌మెడల్ సాధించాడు. 'విన్నర్' ద్వారా తెలుగు తెరకు పరిచయమై పూరీజగన్నాథ్ 'రోగ్'లో సైకోగా అందర్నీ భయపెట్టాడు.

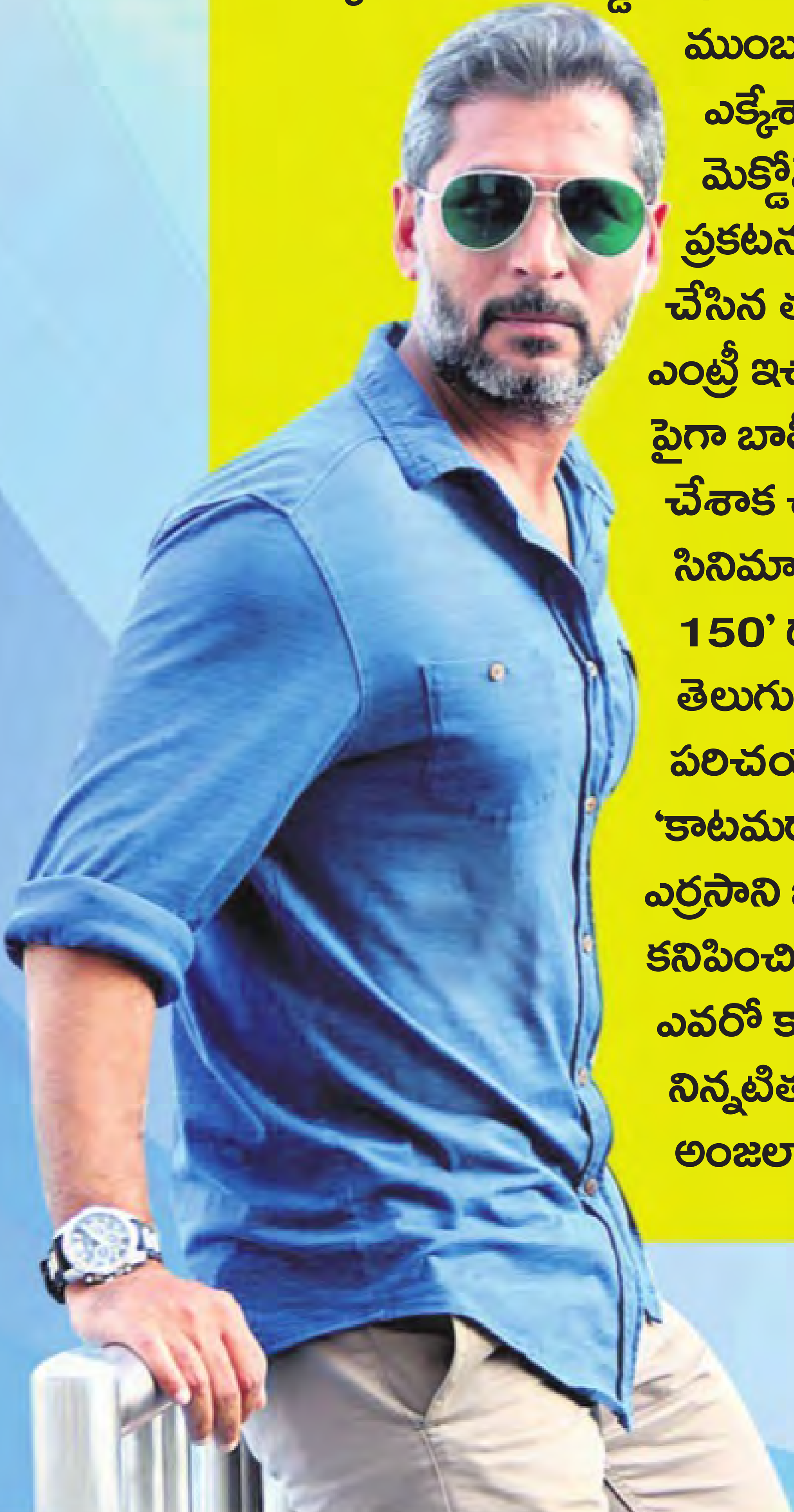
టచ్ చేసి చూడు...



అక్షయ్‌కుమార్ 'హాలీడే' (తెలుగులో 'తుపాకీ')లో స్లీపర్‌సెల్ హెడ్‌గా అందరికీ దడ పుట్టించిన ఫర్హాద్ దారూవాలా (ఫ్రెడ్డీ అంటారు) సూరత్‌లోని పార్సీ కుటుంబం నుంచి వచ్చాడు. ఎంబీఏ చదువుతున్నప్పుడే 'మిస్టర్ ఇండియా వరల్డ్'లో మొదటి రన్నరప్‌గా నిలిచాడు. ఆ వెంటనే 'నివియా మెన్'కు మోడల్‌గా సంతకం చేశాడు. ఆ తర్వాత అనేక బ్రాండ్లకు మోడలింగ్ చేసి టాప్‌మోడల్ అయ్యాడు. త్వరలో రానున్న రవితేజ 'టచ్ చేసి చూడు'లో ప్రతినాయకుడిగా సందడి చేయబోతున్నాడు. తెలుగులో ఈ కొత్త విలన్‌కు ఇప్పటికే అనేక ఆఫర్లున్నాయి.

మోడల్ విలన్

అస్సాంకు చెందిన తరుణ్ అరోరా బెంగుళూరులో హోటల్ మేనేజ్‌మెంట్ చదువుతున్నప్పుడే కండలవీరుడిగా పేరు తెచ్చుకున్నాడు. 1998లో 'గ్లాడ్‌రాగ్స్' మ్యాన్‌హంట్ అవార్డు సాధించిన వెంటనే ముంబయి ఫ్లయిట్ ఎక్కేశాడు. రేమండ్స్, మెక్డోవెల్స్ వంటి అనేక ప్రకటనలకు మోడలింగ్ చేసిన తర్వాత బాలీవుడ్ ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. డజనుకు పైగా బాలీవుడ్ సినిమాల్లో చేశాక చిరంజీవి 150 సినిమా 'ఖైదీనెంబర్ 150' ద్వారా తెలుగుతెరకు పరిచయమయ్యాడు. 'కాటమరాయుడు'లో ఎర్రసాని భానుగా కనిపించిన తరుణ్ అరోరా ఎవరో కాదు... నిన్నటితరం హీరోయిన్ అంజలా జవేరీ భర్త.



'జిల్' జిగేల్!

హర్యానాలోని ఫరీదాబాద్‌వాసి అయిన కబీర్ దుహన్‌సింగ్ అనేక జాతీయ, అంతర్జాతీయ ఫ్యాషన్ షోలలో మోడల్‌గా మెరిశాడు. బాలీవుడ్‌లో ఒక సినిమా చేసినప్పటికీ అది విడుదల కాకపోవడంతో, రవితేజ 'జిల్'తో వెండితెర అరంగేట్రం చేశాడు. లుక్స్, స్టయిల్ బాగుండటంతో అదే యేడాది 'కిక్ 2'లో విలన్‌గా చేశాడు. రెండు సినిమాలు ఫ్లాప్ అయినప్పటికీ కబీర్ వెనుక క్యూ కట్టారు. 'డిక్టేటర్', 'స్పీడున్నోడు', 'గరమ్', 'తుంటరి', 'సర్దార్ గబ్బర్‌సింగ్', 'సుప్రీమ్', 'జక్కన్న'... ఈ లిస్టు పెద్దదే. తెలుగుతో పాటు తమిళ, కన్నడంలో కూడా కాలుమోపాడు కబీర్.



INSIDE



గెలుపు దారి...

వర్తమానం, గతం, భవిష్యత్తు... ఈ మూడు డబ్బాలను సమన్వయం చేసుకొంటూ వెళ్తే... విజయాలు వరిస్తాయి. 'త్రీ బాక్స్ ఫార్ములా' అదే.

7



అరిజిత్ సింగ్

'ఆషికీ2'లో 'తుమ్ హీ హో...' పాటతో అశేష అభిమానులను ఆకట్టుకున్న అరిజిత్ సింగ్ బాలీవుడ్‌లో ప్రస్తుతం టాప్ సింగర్. అతడు తొలి పాట పాడింది తెలుగులోనే!

12

మీ అభిప్రాయాలను పోస్టు ద్వారా **ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి**, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీహిల్స్, హైదరాబాద్- 33కు, మెయిల్ ద్వారా sunday.aj@gmail.comకు పంపండి.

మిత్రవాక్యం

నిండు నూరేళ్లూ బతకాల్సిన మనిషి ఆత్మహత్య చేసుకుని మరణించాడంటే, మరణించకపోయినా ఆ ప్రయత్నమంటూ చేశాడంటే, ప్రయత్నించినా ప్రయత్నించకపోయినా ఆ ఆలోచనంటూ వచ్చిందంటే... అందుకు కారణాలు అనేకం ఉండవచ్చు. కారకుల జాబితా పెద్దదే కావచ్చు. ఆ వరుసలో సమాజమూ ఉండి తీరుతుంది.



అంటే, ప్రత్యక్షంగానో పరోక్షంగానో మనమంతా ముద్దాయిలమే. నిజం చెప్పండి, కష్టాల్లో ఉన్న మనిషికి కాస్తంత ధైర్యం చెప్పడానిక్కూడా సమయం లేనంత బిజీగా ఉన్నామా మనం? ఉన్నామనుకుంటే, అది ఆత్మవంచనే! సోషల్ నెట్‌వర్కింగ్‌కూ, సెల్‌ఫోన్ కబుర్లకూ, టీవీ సీరియళ్లకూ గంటలకొద్దీ కేటాయిస్తామే? ఓ ఆత్మీయుడినో పరిచయస్థుడినో 'ఎలా ఉన్నారు?' అని అడగడానికి మాత్రం ఓ నిమిషం ఖాళీ దొరకదా? మనం కేటాయించే ఆ నిమిషం... ఒక మనిషిని ఆత్మహత్య ఆలోచనలకు దూరం చేస్తుంది. చావును ప్రేమిస్తున్న వ్యక్తిని గుర్తుపట్టడం పెద్ద కష్టమేం కాదు. ఆ కళ్లలో నిరాశ తాండవిస్తూ ఉంటుంది. ఆ మొహంలో నిస్పృహ తొంగిచూస్తూ ఉంటుంది. ఆ మాటల్లో మృత్యు ప్రస్తావన దొర్లిపోతూ ఉంటుంది. ఆ సమయంలో అతడికి కావాల్సింది... ఓ స్ఫూర్తిదాయక వాక్యం, జీవనోత్సాహాన్ని నింపే వచనం, ఆత్మీయ కరచాలనం. అంతే, అంతకుమించి ఏమీ ఇవ్వాల్సిన పన్లేదు. ఇచ్చినా అతడు పుచ్చుకోడు. ■

ప్రియమైన 'ఆంధ్రజ్యోతి'కి...

◆ భావుకత్వపు లాహిరిలో...

'సముద్రం నిద్రపోదు' పాఠకుణ్ణి మంత్రముగ్ధుణ్ణి చేసి చివరి దాకా లాక్కెళ్లింది. కథ చదివినంతసేపూ మనోరంజనమే! లైంగిక వాంఛలు సముద్రపు అలల వంటివి. తీరాన్ని తాకే ప్రతి అలా అన్నింటినీ తనతో పాటుగా లోనికి తీసుకెళ్లదు. అలాంటివారే ఆ ఇద్దరూ. అరమరికలు లేని స్వేచ్ఛా ప్రణయ జీవులు. జరిగింది మర్చిపోదాం అనుకున్నా సరే, ఆ ఫిజికల్ బాండ్ అతుక్కునే ఉంది. ఇక ఆ సముద్రం నిద్రపోదు. ప్రస్తుత సమాజంలోని ఒక పార్శ్వాన్ని చూపించిందీ కథ. కొన్ని కథల్ని లోతుల్లోకి వెళ్లకుండా ఆస్వాదిస్తేనే అందం.

- వనజ తాతినేని, విజయవాడ

◆ మిత్రవాక్యం చదివాక...

ఈ వారం మిత్రవాక్యం చదివాక కలం కవితలా కదిలింది. సగం కూలినా మొండిగా నిలబడిన ఎన్నో గోడల్ని చూశాను. ఒంటి నిండా నినాదాల్ని రాసుకుని జాతిని చైతన్యం చేసిన గోడల్ని చూశాను. కొందరికి అవసరం లేని వస్తువుల్ని అక్కున చేర్చుకుని, మరికొందరికి అక్షయపాత్రగా మారిన ఆత్మీయ గోడల్ని ఇప్పుడే చూస్తున్నాను.

- చిత్తలూరి సత్యనారాయణ, ఈమెయిల్

◆ అందమా... అందుమా!

ఆమె 'ఓ అతిలోక సుందరి', నిండు పున్నమిలో వెలిగిపోయే 'జాబిలమ్మ'... అభిమానుల అనురాగ 'దేవత'... అందంలో అభినయంలో ఎవ్వరికీ అందని 'కొండ మీద చందమామ', గజ్జెకడితే 'కోనలోన కోయ భామ'... సినీ ప్రవాహంలో 'వెల్లువచ్చిన గోదారమ్మ', ఆమే 'శ్రీదేవి'. ఈ వారం కవర్‌స్టోరీగా ఆ సౌందర్యలహరి గురించి ఇవ్వడం మాకెంతో నచ్చింది.

- వీరరాఘవులు, ప్రకాశం

◆ ఓలా... వారెవా!

నగరంలో ఒకప్పుడు ఎక్కడికైనా వెళ్లాలంటే... 'ఆటోవాలా ఎంత అడుగుతాడో?' అని ఆలోచించేవాళ్లు. ఎంత ఎక్కువ అడిగినా, వేరే ఆప్షన్ లేక చచ్చినట్టు ఇచ్చేసేవాళ్లు. ఆటోలకూ డిమాండ్ ఎక్కువ ఉండేది. 'ఓలా' క్యాబ్స్ వచ్చాక సీన్ మొత్తం మారిపోయింది. ప్రయాణాన్ని సులభతరం చేసిన 'భవిష్ అగర్వాల్' ఆలోచన నిజంగా సూపర్. ఫుడ్‌కోర్ట్ వంటలు బాగుంటున్నాయి.

- గంగిగోవుల విఘ్నేష్, గుడివాడ

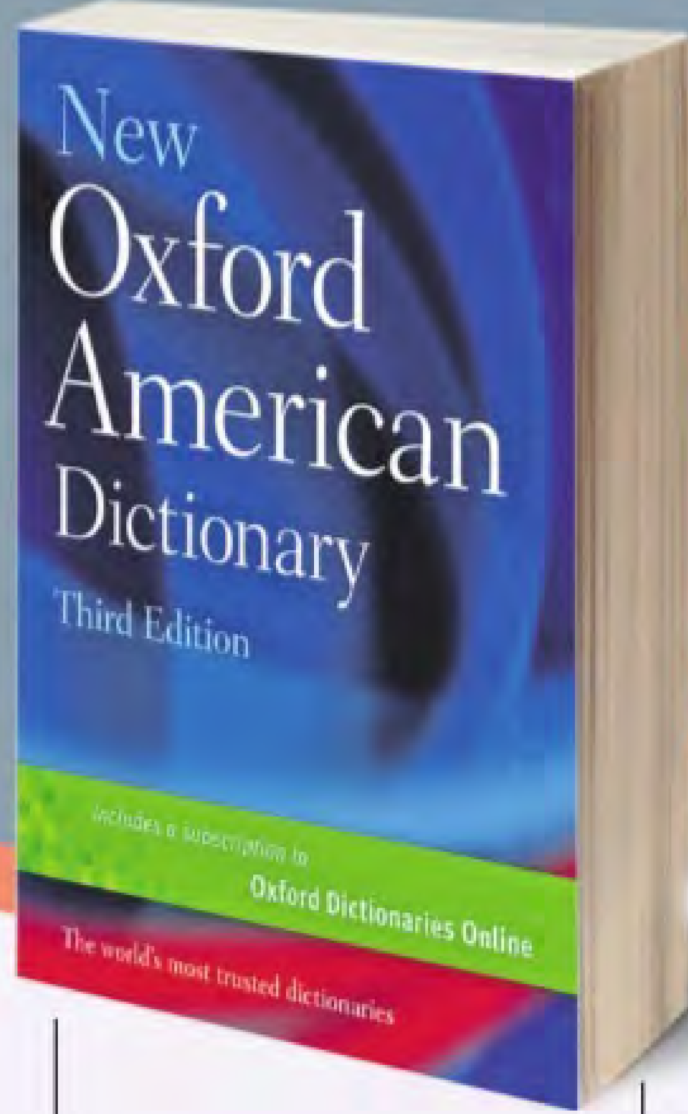
◆ అగ్నిపుత్రుడు

అతి కష్టమైన, అత్యంత ప్రమాదకరమైన 'మౌంట్ డుకోనా' అగ్నిపర్వతాన్ని అధిరోహించిన తొలి భారతీయుడు, మన తెలుగువాడని తెలిసి ఆనందించాం. నిమిషానికో లావా బాంబు పేలుతున్నా, భయపడకుండా అనుకున్నది సాధించిన సాయితేజ పట్టుదల అభినందనీయం.

- గౌరవ్, గుంతకల్

కొత్త పదాలొచ్చాయి!

ఏదైనా కొత్త ఆంగ్ల పదం వినిపించగానే డిక్షనరీ అంతా వెతికేస్తాం. దానికి అర్థం ఏమై ఉంటుందా అనే కుతూహలం. అన్ని డిక్షనరీలకూ జేజమ్మ ఆక్స్‌ఫర్డ్. ఆ నిఘంటువులో ఏటా వందల కొత్త పదాలు చేరుతుంటాయి. అసలు, ఆక్స్‌ఫర్డ్‌వాళ్లకు కొత్తపదాలు పుట్టినసంగతి ఎలా తెలుస్తుందం టారా? అదో కథ. దానికో పెద్ద బృందం ఉంది. కొత్త పదాల్ని వెదకడమే వాళ్లపని. వాడుకలో ఉన్నా.. ఇప్పటిదాకా డిక్షనరీకి ఎక్కని పదాల్ని అంజన మేసి గాలిస్తుంటారు. అందుకు ఇంటర్నెట్ సాయం తీసుకుంటారు. పత్రికల్నీ తిరగేస్తారు. పాఠకుల నుంచి వచ్చిన ఉత్తరాలు, మెయిల్స్ కూడా ఉపయోగపడతాయి. మలిదశలో లోతైన పరిశోధన జరుగుతుంది. ఓ కొత్త పదాన్ని చేర్చడానికి పదేళ్లు పట్టిన సందర్భాలు కూడా ఉన్నాయి. ఈ ఏడాది 300 దాకా కొత్త మాటలు వచ్చి చేరాయి. అందులో కొన్ని ఆసక్తికరమైనవి...



తాజాగా ప్రచురితమైన ఆక్స్‌ఫర్డ్ డిక్షనరీని కొనుంటే కనుక, చివరి పదమేంటో చూడండి... జిజివా (zyzzyva). ఇన్నాళ్లూ దక్షిణ అమెరికాలోని కొన్ని తెగలకే పరిమితమైన మాట ఇది. జిజివా అంటే ఓ రకం పురుగు జాతి. ఆకుల మీద దాడి చేసి మొక్కల్ని సర్వనాశనం చేస్తాయి. అడవుల మీదా, పంటల మీదా ఆధారపడుతున్న ప్రజలకు తలనొప్పిగా మారాయి. ఆ తీవ్రత కారణంగానే... జిజివా పురుగులు ఆక్స్‌పర్డ్ డిక్షనరీ ఎక్కాయి. 'వాడు ప్రాణం తోడేస్తున్నాడ్రా...' అనడానికి 'వాడో జిజివా' అంటే సరిపోతుంది!



డోంజాంగ్

కొరియా జనం గుటకలేస్తూ తినే ఆహారం... డోంజాంగ్ (Doenjang)! క్రీస్తుపూర్వం 683లోనే అప్పటి కొరియా రాజు పెళ్లిలో దీన్ని వండి వడ్డించారట. ఇదోరకమైన... మసాలా కలిపిన సోయాబీన్స్ పేస్టు! తెలుగోళ్ల పులిహోరాలా, కన్నడిగులకు బిసిబేళాబాత్‌లా, పక్కా లోకల్!



ప్రోస్పాగ్నోషియా

చదవడానికే నోరు తిరగడం లేదుకదూ. ప్రోస్పాగ్నోషియా (Prosopagnosia) వింతైన జబ్బు. దీనికే మరో పేరు... 'ఫేస్ బ్లైండ్‌నెస్'. అంటే, ఎదుటి వారి ముఖాల్ని గుర్తించలేకపోవడం అన్నమాట. ఈ సమస్య ఉన్న వారు అద్దంలో తమ ముఖం తమకు కనిపించినా... 'ఎవరబ్బా?' అనుకుంటారు. ఎందుకైనా మంచిది, ఓసారి నిలువుటద్దం ముందు నిలబడండి.



హ్యూగహ్

ఇది డెన్మార్క్‌లో పుట్టిన పదం. ఒంటరిగానో, స్నేహితులతో కలిసో రిలాక్స్ అవుతుంటే... దాన్ని హ్యూగహ్ (Hygge) అంటారు. అటూఇటుగా కమ్‌ఫర్ట్‌కు పర్యాయపదం. ఇంతకీ మీరేం చేస్తున్నారు? 'హ్యూగహ్ కాదు కదా?'

క్యాట్ లేడీ

'ఎవరో ఒకరు పుట్టించకపోతే పదాలెలా పుడతాయి? వేయండి వీరతాడు...' అంటారు మాయాబజార్‌లో ఎన్టీఆర్. ఇదిగో ఈ క్యాట్ లేడీ కూడా అంతే. నార్వేలో ఓ అమ్మాయి తాను మార్జాలాన్నని చెప్పుకుంటూ పిల్లికూతలు కూసేది. పిల్లిలానే తయారయ్యేది. అలాగే కాలిఫోర్నియాలో ఓ వృద్ధురాలు కొన్ని వందల పిల్లులతో కలిసి జీవించసాగింది. ఇలాంటి మహిళల్ని స్థానికులు 'క్యాట్ లేడీ' అనేవారు. మరి అబ్బాయిలైతే?



జిన్ డైసీ

ఇదో కాక్ టెయిల్ పేరు. అమెరికాతో పాటూ కొన్ని దేశాల్లో ఇష్టంగా సిప్ చేస్తారు. కాస్త జిన్, చిటికెడు నిమ్మరసం, ఓ టేబుల్‌స్పూన్ పంచదార పొడితో గ్రెనేడిన్ (నాన్ ఆల్కహాలిక్ బార్ సిరప్) కలిపితే జిన్ డైసీ (Gin daisy) సిద్ధమైనట్టే! .... చీర్స్!!!



పడ్ కీ మావ్

ఇదో థాయ్ పదం. అక్కడ ఇది ఓ రుచికరమైన వంటకం. రైస్‌తో చేసిన నూడిల్స్, కూరగాయల ముక్కలు, మాంసాహారం కలిపి పడ్ కీ మావ్ (Pad kee mao) చేస్తారు. కాస్త స్పైసీగా ఉంటుంది. అక్కడ బాగా జనాదరణ పొందిన వంటకాలలో ఇదొకటి. అందుకే కోరికోరి ఎంపిక చేసింది ఆక్స్‌ఫర్డ్ టీమ్.



ఫిట్స్‌పిరేషన్

కొంతమంది మహా ఫిట్‌గా ఉంటారు. ఎంత ఫిట్‌గా అంటే... అసూయ కలిగేంత! ఇంకా... మనమూ అలా ఉండాలనిపించేంత!... ఇదే ఫిట్స్‌పిరేషన్ (Fitspiration). ఫిట్ + ఇన్‌స్పిరేషన్ కలయికే ఫిట్స్‌పిరేషన్. షార్ట్‌కట్‌లో ఫిట్‌స్పో. ఎక్కడికి సార్, జిమ్‌కేనా?



చీకట్లో... 'సోలార్' దీపం!

ఓ చిన్న సౌరదీపం... చీకట్లో నడిచే ధైర్యాన్నిచ్చింది. వేటకెళ్లే ఉత్సాహాన్నిచ్చింది. కంటినిండా నిద్రనిచ్చింది. పిల్లల్ని చదివించాలన్న ఆశ కలిగించింది. తూర్పు కనుమలలోని ఆ పల్లెల్లో తూర్పు దిక్కంటే... సోలార్ లాంతరు ఉన్నవైపే!

తూర్పు కనుమలలో విసిరేసినట్టున్న గ్రామాలవి. కిరోసిన్ గుడ్డి దీపాల్లో బిక్కు బిక్కుమంటూ బతికేవారు గిరిజనులు. ఒకటీ అరా కరెంట్ స్తంభాలు వేసినా, నిత్యం ఏదో ఓసమస్య. సముద్రమట్టానికి చాలా ఎత్తులో ఉన్న ఈ కొండ ప్రాంతంలో... విపరీతంగా గాలులు వీస్తుంటాయి. దీంతో తీగెలు తెగిపడుతుంటాయి. వీటిని సరిచేసే లైన్‌మెన్లకు కబురు చేయాలన్నా సెల్‌ఫోన్లు పలకవు. కారణం, వాటికి ఛార్జింగ్ పెట్టుకోవడానికి కూడా పవర్ ఉండదు. విశాఖపట్నం జిల్లాలోని అరకు, పాడేరు ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో సముద్రమట్టానికి 900 మీటర్ల ఎత్తు నుంచి 1200 మీటర్లు దాటిన ఎత్తయిన కొండ ప్రాంతాలు అనేకం. హుకుంపేట మండలంలోని కిమ్మిడిపుట్టు, గుత్తుం, గున్నమామిడి, గాలిపాడు, జంగుంపుట్టు గ్రామాలకైతే విద్యుత్తు... ఎప్పుడో ఓసారి వచ్చి వెళ్లే దూరపుచుట్టం. గుడ్డి కిరోసిన్ దీపాలే వీరికి ఆధారం. అంధకారంలో మగ్గుతూ అభివృద్ధికి ఆమడదూరంలో ఉన్న ఈ గ్రామాలకు 'రామకృష్ణ మిషన్' అండగా నిలిచింది. తమ వాలంటీర్లతో సర్వే చేయించి విద్యుత్తు లేక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్న 254 గ్రామాలను ఎంపికచేసింది. వారికి ఉచితంగా సౌరదీపాలు పంచింది.

కొత్త వెలుగు...

సౌరదీపాల కాంతి ఇళ్లలోనే కాదు, జీవితాల్లోనూ వెలుగులు నింపింది. మండల కేంద్రానికి 70 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న గ్రామం కిమ్మిడిపుట్టు. ఆ పల్లెకు చెందిన చీదరి చిన్నప్ప మాటల్లో చెప్పాలంటే... 'పగలంతా కాయకష్టం చేసొచ్చిన మాకు చీకటి పడితే మరో రకం సమస్యలు. దీపాలు లేక ఇంట్లో పాములు, తేళ్లు తిరుగాడేవి. ఏ నిమిషం ఏం జరుగుతుందో అన్న భయంతో నిద్ర కూడా పట్టేదికాదు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో రామకృష్ణ మిషన్ వారు మాకు సోలారు దీపాలు ఇచ్చి ఎంతో మేలు చేశారు. వీధుల్లోకి వెళ్లడానికైనా, పిల్లల చదువుకోడానికైనా ఇవి ఎంతగానో ఉపయోగపడుతున్నాయి'.

గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనూ సెల్‌ఫోన్ నిత్యావసరంగా మారింది. కానీ కరెంటు కోతతో గిరిజనం, ఛార్జింగ్ కోసం పదీపదిహేను కిలోమీటర్లు వెళ్లాల్సి వచ్చేది. ప్రతిసారీ దుకాణదారుకు ఐదు రూపాయలు ముట్టజెప్పాల్సి వచ్చేది. ఇప్పుడు ఆ కష్టాలు తప్పాయి. 'సోలార్ లైట్లకు సెల్ ఛార్జింగ్ సౌకర్యం ఉండడంతో మా గ్రామంలో సెల్‌ఫోన్లు మోగుతున్నాయి. వైజాగ్‌లో చదువుకుంటున్న పిల్లల క్షేమసమాచారాలు తెలుసుకునే అవకాశమూ కలిగింది' అంటాడు పలిబోయి రాజారావు.

జీవనోపాధి కూడా...

రామకృష్ణ మిషన్‌వారు గ్రామస్తులకు సోలార్ లైట్లు పంచిపెట్టి, తమ పని అయిపోయిందని ఊరుకోలేదు. వాటికి ఎలాంటి రిపేర్లు వచ్చినా బాగు చేసుకునేలా ఓ పదిమందికి శిక్షణ ఇచ్చారు. సర్క్యూట్‌బోర్డ్, ఎల్ఈడీ బోర్డ్ చెడిపోతే ప్రతి వారం జరిగే సంతలో వారిదగ్గరే రిపేరు చేయించుకుంటారు గిరిజనులు. ఆ రూపంలో కొందరికి ఉపాధి లభించింది. శ్రమజీవులకు పగలంతా తీరిక ఉండదు. ఎవరి పనులు వారికి ఉంటాయి. దీంతో గ్రామసభలు రాత్రిళ్లే జరుగుతాయి. గతంలో బిక్కుబిక్కుమంటూ సభ దగ్గరికి వెళ్లేవారు జనాలు. కారణం... ఆ చిమ్మచీకట్లో ఎటువైపు నుంచి ఏ విషకీటకం దాడి చేస్తుందో అన్న భయం. ఇప్పుడా బాధ లేదు. చేతిలోని సోలార్ దీపం కొండంత ధైర్యం ఇస్తోంది. భజనల్నీ అంతే తాదాత్మ్యంతో ఆస్వాదిస్తున్నారు. దీపాల వెలుతురులో మైమరచి ఆడుతున్నారూ పాడుతున్నారు.

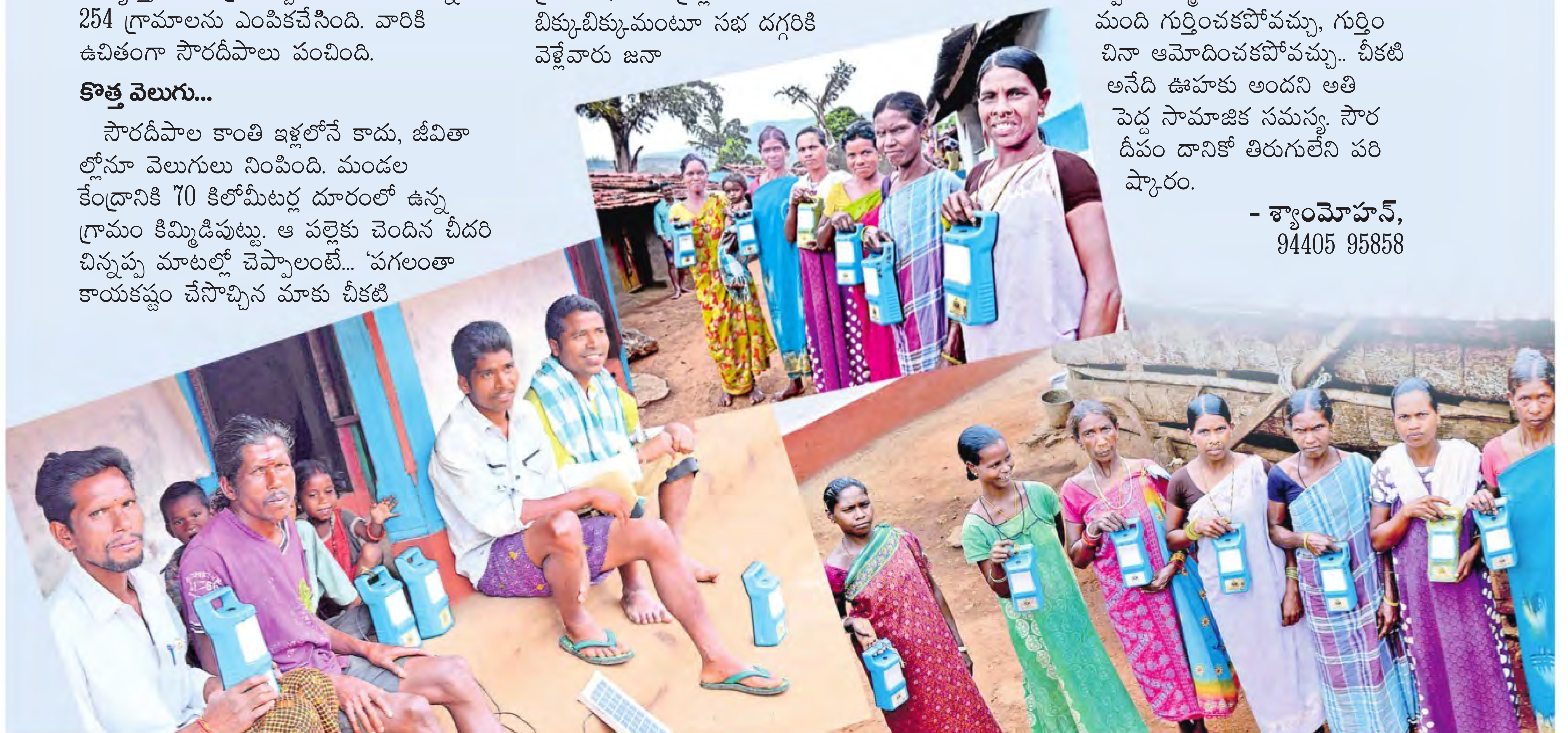
కిరోసిన్ ఇబ్బంది తీరింది...

'నెలనెలా కిరోసిన్ కోసం అరవై రూపాయలు ఖర్చు పెట్టాల్సి వచ్చేది. సోలారు దీపంతో ఆ ఖర్చు తగ్గిపోయింది. అలా మిగిలిన డబ్బుతో పిల్లలకు అంబలి కాచుకుంటున్నాం' అంటారు చిట్టెమ్మ, అప్పలమ్మ అనే గిరిజన మహిళలు. ఆ దీపాలు ఆకలి కూడా తీరుస్తున్నాయి. అదెలా అంటే, రాత్రిపూట పొలం గట్లపై పీతలు తిరుగుతుంటాయి. సోలార్ లైట్ల కాంతితో వాటిని పట్టుకుని... ఇంటిల్లిపాదీ కడుపు నింపుకుంటారు.

ఓ సామాజిక సమస్య...

'విద్యుత్తు అంటే తెలియని గ్రామాలకు వెలుగులు పంచాలన్న ధ్యేయంతో విశాఖ, విజయనగరం, శ్రీకాకుళం, తూర్పుగోదావరి జిల్లాలోని 254 గ్రామాల్లో 8,300 సౌరదీపాలు ఇచ్చాం. 'డ్రైవ్ సోలార్ ఎనర్జీ టెక్నాలజీస్' వారు కూడా తమ వంతు సామాజిక బాధ్యతగా రూ. 1800 విలువైన ఒక్కో సోలార్ లైట్‌ని రూ. 1200కు తగ్గించి మాకు ఇచ్చారు. మొదటి దశలో రెండు వేల లైట్లు పంచాం. అవి కూడా సరిపోకపోవడంతో మరో 6,300 అందజేశాం. సౌరదీపాల నిర్వహణకు పైసా ఖర్చుండదు. ఛార్జింగ్ పూర్తిగా ఉంటే రోజుకు ఏడెనిమిది గంటలపాటు నిర్విరామంగా వెలుగునిస్తాయి' అంటారు ఈ ప్రాజెక్టు వెనుక ఉన్న రామకృష్ణ మిషన్ ఆశ్రమం కార్యదర్శి స్వామి ఆత్మవిదానంద. చాలా మంది గుర్తించకపోవచ్చు, గుర్తించినా ఆమోదించకపోవచ్చు.. చీకటి అనేది ఊహకు అందని అతి పెద్ద సామాజిక సమస్య. సౌర దీపం దానికో తిరుగులేని పరిష్కారం.

- శ్యాంమోహన్,
94405 95858



ఇడ్లీ ఇస్తే పూరీ కావాలంటుంది...



మేడమ్ నాదొక వింత సమస్య. నా ఐదేళ్ల కూతురు ఏ విషయంలోనైనా నేను ఇచ్చిన రెండు చాయిస్‌లు కాకుండా మూడోది కావాలని మారాం చేస్తుంది. ఉదాహరణకు నేను ఉదయం టిఫిన్‌లోకి ఇడ్లీగానీ, బ్రెడ్‌గానీ ఇస్తే పూరీ కావాలంటుంది. అలాగే స్నానం చేయించిన తర్వాత ఫ్రాక్, టీషర్ట్ ఇస్తే షర్ట్ కావాలని గొడవ చేస్తుంది. రెండు చాయిస్‌లు ఇచ్చి గుడ్‌మదర్ అనిపించుకోవాలని నేననుకుంటే ఈ మూడో చాయిస్‌తో నా సహనానికి పరీక్ష పెడుతోంది. చాయిస్ ఇవ్వడమనేది మంచిదంటారా? కాదా?

- రెహానా, జగిత్యాల

చాయిస్ ఇవ్వడానికి పిల్లలకు ఒక వయసంటూ ఉంటుంది. మీరు ఇప్పుడే ఇవ్వాలని చూస్తున్నారు. డ్రెస్ విషయంలో మీరిస్తున్న చాయిస్ కాసేపు పక్కనపెడితే, ఫుడ్ విషయంలో చాయిస్ ఇస్తున్నారంటే- రానున్న కాలంలో మీరు ఇబ్బందుల్లో పడబోతున్నారన్నమాట. చాయిస్ అనేది ఎలా ఇవ్వాలనేదానికి మీకో ఉదాహరణ చెప్పాలి. సాధారణంగా ఒక కుటుంబంలో నలుగురు సభ్యులుంటే... ఒక్కోరోజు ఒక్కొక్కరికి కేటాయించాలి. అంటే ఒక వారంలో మొదటి రోజు మెనూ తండ్రికి, రెండో రోజు తల్లికి, మూడోరోజూ, నాలుగోరోజూ మెనూ పిల్లలకు చాయిస్ ఇవ్వాలి. ఎవరికి కేటాయించిన రోజులో వారు తమకిష్టమైన బ్రేక్‌ఫాస్ట్, లంచ్, డిన్నర్ చెబుతారు. ఆ విధంగా పాపకు కూడా ఒక రోజుంటుందనేది చెప్పాలి. దీనివల్ల చాలా వెరైటీలు చేసుకోవచ్చని నచ్చ చెప్పాలి. అంతేగానీ ఇప్పుడే మీరు చాయిస్ అలవాటు చేస్తే, ఆమెకు వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ సమస్య మరింత తీవ్రతరం అవుతుంది.

మా అబ్బాయికి 16 ఏళ్లు. వాడొక మూడీ ఫెలో. ఎవరితో కలవడు, మాట్లాడడు. ఎప్పుడు చూసినా తన గదిలో కంప్యూటర్‌తో బిజీగా ఉంటాడు. దానితోటే వాడికి కాలక్షేపం. వాడి ధోరణి చూస్తుంటే ఒక్కోసారి నాకు భయమేస్తుంది. వాడి భవిష్యత్తు గురించే నా బెంగంతా. వాడు మిగతా పిల్లల్లా కావాలంటే ఏం చేయాలి?

- సాయి వైష్ణవి, కర్నూలు

అసలు మీరు అబ్బాయి గదిలో కంప్యూటర్ ఎందుకు పెట్టారు? పిల్లలకు సౌకర్యాలు కలిగించాలనే తపనతో చాలామంది తల్లిదండ్రులు వారికి ఎలక్ట్రానిక్ గాడ్జెట్స్ ఇచ్చి, ఆ తర్వాత బాధపడుతుంటారు. ఈ రోజుల్లో టెక్నాలజీకి బానిస కానిదెవరు? కంప్యూటర్, సెల్‌ఫోన్ ఏమేరకు ఉపయోగించాలనే విచక్షణ ఎవరికి వారుగా నిర్ణయించుకోవాల్సిన అంశం. అయితే మీ అబ్బాయి తన గదిలో అస్తమానం కంప్యూటర్‌తోనే కాలక్షేపం చేస్తున్నాడని అంటున్నారు కాబట్టి, నెగిటివ్ వైపు వెళ్తే సమస్య జటిలమవుతుంది. అందుకే నా సలహా ఏమిటంటే సాధ్యమైనంతమేరకు కంప్యూటర్ లాంటివి హాలులోనే ఉండాలి. మూడీఫెలో అంటున్నారు కాబట్టి, మిగతా వారితో కలిసిపోయేలా చేసే బాధ్యత మీదే. తన ఫ్రెండ్స్‌ను మీ ఇంటికే ఆహ్వానించేలా ప్రోత్సహించండి. ఒక ఉత్సాహకర వాతావరణాన్ని మీరు పిల్లాడికి అందించగలిగితే తప్పకుండా మూడీనెస్ నుంచి బయటపడతాడు. కుటుంబసభ్యులతో, స్నేహితులతో కలిసి ఇండోర్‌గేమ్స్ ఆడటం, ఆసక్తికరమైన విషయాలపై చర్చించడం, కెరీర్ గురించి మాట్లాడటం చేస్తే హుషారుగా తయారవుతాడు. అంతేగానీ మూడీఫెలో అని బ్రాండ్ వేస్తే, భవిష్యత్తులో అదే తీరు కొనసాగుతుంది.

నాకొక టీనేజ్ అమ్మాయి ఉంది. పిల్లలపై అత్యాచారాలు, అఘాయిత్యాల గురించి పత్రికల్లో వార్తలు చదువుతున్నాం. రోజూ మీడియాలో ఏదో ఒక న్యూస్ చూస్తూనే ఉన్నాం. వాటిని చూస్తుంటే ఆడపిల్లల భద్రత విషయంలో భయమేస్తోంది. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో మా అమ్మాయికి 'గుడ్ టచ్', 'బ్యాడ్ టచ్' గురించి ఎలా చెప్పాలి?

- రాధిక, హైదరాబాద్

ఆడపిల్లలకు ఐదారేళ్ల వయసులోనే ఏది గుడ్‌టచ్, ఏది బ్యాడ్‌టచ్ అనేది తల్లే చెప్పాలి. ఎవరైనా (తెలిసినవాళ్లయినా, బయటివాళ్లయినా) ముట్టుకోవడమో, పట్టుకోవడమో చేసినప్పుడు అసౌకర్యంగా అనిపిస్తే పిల్లలు ఆ విషయాన్ని వెంటనే పేరెంట్స్‌కు చెప్పగలగాలి. పిల్లలతో చిట్‌చాట్ చేస్తూనే 'ప్రైవేట్ పార్ట్స్' గురించి చెప్పడం ఒక పద్ధతి. ఒకవేళ ఇబ్బందిగా అనిపిస్తే ఇంటర్నెట్‌లో ఈ విషయానికి సంబంధించి పిల్లల్ని ఎడ్యుకేట్ చేసేందుకు మంచి వీడియోలున్నాయి. ఆ వీడియోలను చూపిస్తూ అవగాహన కల్పించవచ్చు. ఏది గుడ్‌టచ్, ఏది బ్యాడ్ టచ్ అనేది వివరించవచ్చు. ఏం జరిగినా కూడా పిల్లలు వెంటనే తమతో షేర్ చేసుకునేలా తల్లిదండ్రులు చిన్నప్పటినుంచే అలవాటు చేయడం వల్ల, వాళ్లు సేఫ్‌గా ఉండేందుకు అవకాశముంటుంది. మీ అమ్మాయి టీనేజ్‌లో ఉందంటున్నారు కాబట్టి ఇప్పటికే ఆలస్యమైంది. వెంటనే ఈ విషయంలో ఆమెకు అవగాహన కల్పించడం మంచిది.



సుజాతా రాజమణి
కన్సల్టెంట్ సైకోథెరపిస్ట్,
కిమ్స్ హాస్పిటల్

మీ పిల్లల ప్రవర్తనకు సంబంధించి ఏమైనా ప్రశ్నలుంటే మాకు పోస్ట్‌లో గానీ, మెయిల్‌లో గాని పంపవచ్చు.
అడ్రస్ : ఆదివారం ఆంధ్రజ్యోతి, రోడ్ నెం. 70, జూబ్లీహిల్స్, హైదరాబాద్- 33, **మెయిల్ ఐడి :** sunday.aj@gmail.com



గెలుపుదారి... త్రీబాక్స్ ఫార్ములా!



కొంచెం గతం, కొంచెం వర్తమానం, కొంచెం భవిష్యత్తు... ఈ మూడూ కలిస్తేనే జీవితం. పరాజితుడు మూడింటిలో ఏ ఒక్కదాన్నో పట్టుకుని వేలాడతాడు. విజేత ఏది ఎంత అవసరమో అంతే తీసుకుంటూ, ఏది ఏమేరకు అనవసరమో ఆమేరకు వదిలించుకుంటూ... లక్ష్యం వైపు వెళ్తాడు. ఆ ప్రయాణానికి 'త్రీబాక్స్ ఫార్ములా' దిక్సూచి.

గతాన్ని గౌరవించాలా, వద్దా?

భవిష్యత్తు ప్రణాళికలు తప్పా, ఒప్పా?

వర్తమానాన్ని అనుభవించాలా, చేజార్చుకోవాలా? - విద్యార్థిని వేధించే ప్రశ్నలివి. వ్యాపారిని బాధించే బాణాలివి. ఉద్యోగిని నిద్రపోనివ్వని ఆందోళనలివి.

గతాన్ని పూర్తిగా విస్మరిస్తే - నిన్నటిదాకా మనం సంపాదించిన అనుభవాలూ, సాధించిన విజయాలూ, మూటగట్టుకున్న వైఫల్యాలూ... అన్నింటినీ శుభ్రంగా రబ్బరుపెట్టి తుడిచేసినట్టే.

భవిష్యత్తును తేలిగ్గా తీసుకుంటే - కలల్ని చిదిమేసుకున్నట్టే, లక్ష్యాల్ని చెత్తలో పడేసినట్టే.

వర్తమానాన్ని అస్సలు పట్టించుకోకపోతే - జీవితం కొవ్వొత్తిలా కరిగిపోతుంటే చోద్యం చూస్తున్నట్టే, పాదాల కింద ప్రకంపనలు వస్తున్నా బెల్లంకొట్టిన రాయిలా నిలబడినట్టే.

నిన్న-నేడు-రేపు... మూడూ ముఖ్యమే. గతాన్ని వర్తమానంతో ముడిపెట్టుకోవాలి. వర్తమానానికి భవిష్యత్తుతో లంకె వేయాలి. అప్పుడే... అనుకున్న లక్ష్యాన్ని సాధించగలం, కోరుకున్న తీరాల్ని చేరుకోగలం!

ఆ మూడు తక్కెడల సమన్వయం కత్తిమీద సామే. వంటలో ఉప్పూ, కారం, నూనె... లాంటివే ఇవీ. పెరిగితే మంట, తరిగితే తంట! జీవితమూ అంతే. జీవితంలో భాగమైన వృత్తి ఉద్యోగాలైనా అంతే. ఆ మూడుచక్రాల బండిని ఒడుపుగా నడిపించడం ఎలాగో 'త్రీబాక్స్ ఫార్ములా' ద్వారా వివరిస్తారు మేనేజ్‌మెంట్ దిగ్గజాలు. వ్యక్తులైనా, స్వచ్ఛంద సంస్థలైనా, ప్రభుత్వశాఖలైనా... తమ లక్ష్యాల్నీ ఆశయాల్నీ మూడు డబ్బాలుగా విభజించుకోవాలని సూచిస్తారు. గతంలోంచి ఎంత అవసరమో అంతవరకే తీసుకుని... వర్తమానంలోని బాధ్యతల్ని సమర్థంగా నిర్వహిస్తూ... అదే సమయంలో, భవిష్యత్తుకు అవసరమైన ప్రణాళికల్నీ సిద్ధం చేసుకోవాలంటారు. ఆ సూత్రాన్ని మూడు డబ్బాలుగా విడదీశారు.

బాక్స్-1 ...వర్తమానం

బాక్స్-2 ...గతం

బాక్స్-3 ...భవిష్యత్తు

ఇవన్నీ వర్చువల్ బాక్సులు, పైకి కనిపించవు. జీవన ప్రణాళిక రచించుకుంటున్నప్పుడో, వ్యాపార లక్ష్యాల్ని నిర్దేశించుకుంటున్నప్పుడో... ఆ డబ్బాల్ని కళ్లముందు నిలుపుకోవాలి. దుకాణదారుడు వారానికోసారి షోరూమ్‌లోని సరుకంతా తనిఖీ చేసుకున్నట్టు, పుస్తక ప్రియుడు నెలకోసారి అరల్లోని గ్రంథాల దుమ్ముదులిపినట్టు... విజయసాధకుడు కూడా ప్రతి మలుపు దగ్గరా ఈ డబ్బాల్లోకి ఓసారి తొంగిచూడాలి. ఎక్కడ ఉండాల్సిన సరుకు అక్కడ ఉందో లేదో పరిశీలించుకోవాలి. ఈ మానసిక వ్యాయామం... మనల్ని రేపటికి సన్నద్ధం చేస్తుంది. గతమనే ఉచ్చులో పడకుండా, వర్తమానమనే భ్రమలో చిక్కుకుపోకుండా కాపాడుతుంది.



బాక్స్-1

వర్తమానం

ఈ రోజును చేజార్చుకోవద్దు. ఈ నిమిషాన్ని వృథా చేసుకోవద్దు. వర్తమానాన్ని కరిగిపోనీయొద్దు.

బాక్స్-2

గతం

గతమంటే మంచీచెడుల సమాహారం. జయాపజయాల జుగల్‌బందీ. కొన్ని అనుభవాల్ని ఉద్దేశపూర్వకంగా మరచిపో. మరికొన్నింటిని జీవితకాలం గుర్తుంచుకో.

బాక్స్-3

భవిష్యత్తు

నీ భవిష్యత్తును నీ చేతులతో నువ్వే సృష్టించుకో. అందరికంటే ముందు ఉండాలంటే, అందరికంటే ముందే మేల్కొనాలి.

బాక్స్-1

వర్తమానం...
మేనేజ్ ద ప్రజెంట్!

1

నీ గతం గొప్పగా ఉండవచ్చు. నువ్వు భవిష్యత్తును అద్భుతంగా ఊహించుకోవచ్చు. అంతమాత్రాన నీ ప్రయాణం సరైన దార్లో సాగుతున్నట్టు కాదు. వర్తమానాన్ని కూడా లెక్కలోకి తీసుకోవాలి. వర్తమానం మీద నీదైన ముద్ర వేయాలి. నిన్న-రేపుల ఆలోచనల మధ్య నేటిని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. నీ వర్తమానమే నీ భవిష్యత్తు. బాగా సంపాదించాలన్న నేటి ఆలోచనే, రేపు నిన్ను కోటీశ్వరుడిని చేస్తుంది. బాగా రాయాలన్న నేటి ఆలోచనే, రేపు నిన్ను పెద్ద రచయితను చేస్తుంది. వర్తమానంలో సంకల్పం లేకపోతే, భవిష్యత్తులో ఫలాలూ లేవు.

డిగ్రీ చదువుతున్న ఓ కుర్రాడు కలెక్టర్ కావాలన్న లక్ష్యం పెట్టుకుంటాడు. డిగ్రీ పరీక్షల్ని పక్కనపెట్టి, సివిల్స్ సిలబస్ చదువుతూ కూర్చుంటే.. ఏమౌతుంది? డిగ్రీ పరీక్ష తప్పుతాడు. చేతిలో పట్టా ఉండదు కాబట్టి, యూపీఎస్సీ పరీక్షలకు అనర్హుడు అవుతాడు. అలా జరగకూడదంటే, నేటి డిగ్రీ పరీక్షలకు చక్కగా సిద్ధం అవుతూనే, రేపటి సివిల్స్‌కు అవసరమైన పునాదుల్ని బలంగా వేసుకోవాలి. వర్తమానం శక్తిమంతంగా లేకపోతే, భవిష్యత్తు బలహీనపడుతుంది.

కాబట్టి, వర్తమానమనే బాక్స్-1ను తక్షణం సిద్ధం చేసుకోవాలి. ప్రస్తుతం మనం నిర్వహిస్తున్న బాధ్యతలన్నీ అందులో నిల్వచేసుకోవాలి. విద్యార్థి అయితే... రాబోయే పెద్ద పరీక్షలు, ఉద్యోగి అయితే ఈ నెలలోనో ఆర్నెల్లలోనో పూర్తి చేయాల్సిన ప్రాజెక్టులు, వ్యాపారి అయితే వార్షిక విక్రయ లక్ష్యాలు... ఇలా అన్న మాట! ప్రతి లక్ష్యానికీ పరిపూర్ణమైన న్యాయం చేయాలి. మనతో పోటీపడుతున్న పదిమందిలోనో, వందమందిలోనో మనమే ముందుండేలా జాగ్రత్తపడాలి. అలా అని వర్తమానంలోనే చిక్కుకుపోకూడదు. మాయదారి వర్తమానం మనల్ని భ్రమల్లో ముంచెత్తుతుంది. ఈరోజు ఉన్నట్టే రేపూ ఉంటుందన్న భ్రాంతిని కలిగిస్తుంది. నిజంగానే, ఇప్పటికిప్పుడు అంతా బాగానే ఉంటుంది. చిన్నాచితకా గెలుపులు తలుపుతడుతూ ఉంటాయి. అయితే, ఇవేవీ... తాజా నైపుణ్యాల కారణంగా వచ్చిన, సరికొత్త విజయాలేం కాదు. మహా అయితే గత ఏడాది సాధించినవాటికో, అంతకు ముందు సంవత్సరం వరించిన దానికో... కొనసాగింపులంతే. గత ఏడాది జూనియర్ అసిస్టెంటూ, ఈ ఏడాది సీనియర్ అసిస్టెంటు! తేడా ఏముంది! ఒక ఏడాది బెస్ట్ ఎంప్లాయీ, మరో ఏడాది కూడా బెస్ట్ ఎంప్లాయీ! గొప్పేం ఉంది! చాలా మంది ఇక్కడే దెబ్బతింటారు. ఆ పుట్టగొడుగుల్ని చూసి ఛత్రచామరాలనుకుంటారు. తప్పు. చాలా తప్పు!

కాలం ఎవర్నీ ఉపేక్షించదు. బలమైన తుపాను వచ్చిపడిందంటే... ఆ పేకమేడ కుప్పకూలిపోవాల్సిందే. ఆ అవకాశం కాలానికి ఎందుకివ్వాలి? అంతలోపు మనమే మారిపోవాలి. భవిష్యత్తు వైపు బలంగా అడుగులు వేయాలి. ఒకప్పుడు... సెల్‌ఫోన్ అంటేనే నోకియా, నోకియా అంటేనే సెల్ ఫోన్! దీంతో భవిష్యత్తు కూడా వర్తమానంలానే గొప్పగా ఉండబోతోందని నోకియా కలలుగంది. ఆ భ్రమల్లో ఉండగానే.... కొత్త టెక్నాలజీతో, కొత్త ఫీచర్లతో పోటీ సంస్థలు దూసుకొచ్చేశాయి. ఆ వైఫల్యగాథ మనకు తెలిసిందే.

పంచతంత్ర కథలో దీర్ఘదర్శి, దీర్ఘసూత్రుడు, ప్రాప్తకాలజ్ఞుడు అనే మూడు చేపలు ఉంటాయి. అవి ఓ మడుగులో కాలం గడుపుతూ ఉంటాయి. దీర్ఘదర్శి రాబోయే వేసవిని (దీర్ఘకాలిక భవిష్యత్తు) ముందే ఊహించి, తన దారి తాను వెతుక్కుంది. ప్రాప్తకాలజ్ఞుడనే చేప సమస్య తరుముకొస్తున్నప్పుడు (స్వల్పకాలిక భవిష్యత్తు) ఆ తీవ్రతను గ్రహించి, ఆదరాబాదరాగా కొత్త చెరువులోకి దూకేసింది. మూడో చేప... దీర్ఘసూత్రుడు మాత్రం మండువేసవి వచ్చినా కదల్లేదూ మెదల్లేదూ. ఇప్పటిలాగానే, ఎప్పటికీ ఆ చెరువులో నీళ్లుంటాయన్న (వర్తమానమనే భ్రమ) పిచ్చి భరోసాతో అక్కడే బతికింది. అక్కడే చచ్చింది. వర్తమానం మీద మితిమీరిన విశ్వాసం ఉంటే, ఇలాంటి ఉపద్రవాలే వచ్చిపడతాయి.

విజేతలెవరూ వర్తమానపు వలలో పడరు. పాతికేళ్లు నిండకుండానే ప్రపంచ కుబేరుల జాబితాలో స్థానం సంపాదించిన ఇ-కామర్స్ ఇంద్రజాలికులంతా కొలువుల్ని వదులుకుని కొత్త వ్యాపారాలు ప్రారంభించే నాటికి... లక్షణంగా లక్షల జీతం సంపాదిస్తున్నారు. పదోన్నతులకు ఆస్కారమున్న స్థానాల్లో ఉన్నారు. అయినా సరే వర్తమానాన్ని ఛేదించుకుని భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచించారు. అలాంటి నిర్ణయాలు తీసుకోడానికి గుండె ధైర్యం ఉండాలి. తాత్కాలికంగా చిన్నాచితకా ఇబ్బందులున్నా, ఒకట్రెండు అవరోధాలు ఎదురైనా అంతిమంగా... అలాంటి వారినే విజయం వరిస్తుంది, ఐశ్వర్యం కటాక్షిస్తుంది.

నోబాక్స్...

కొంతమందికి గతం ఉండదు. హఠాత్తుగా ఏ ఆకాశంలోంచో ఊడిపడినట్టు జనం మధ్యకి వచ్చేస్తారు. ఏ ప్రజా ఉద్యమాల్లోనో నాయకులుగా చలామణి అవుతారు. ఏ కొత్త బిజినెస్ ఐడియాతోనో కోట్లకు కోట్లు సంపాదించేస్తారు. అంతే వేగంగా తెరమరుగు అయిపోతారు. రాత్రికిరాత్రే కుబేరుడైపోయిన హౌసింగ్.కామ్ వ్యవస్థాపకుడు రాహుల్ యాదవ్ ఇప్పుడెక్కడున్నాడు? 'డ్రాప్‌బాక్స్' అనే అప్లికేషన్ సంగతే తీసుకుందాం. వచ్చీరాగానే నంబర్ వన్ స్థానాన్ని దక్కించుకుంది. అంతే, అంతకు మించి ఒక్క అడుగు కూడా ముందుకు పడలేదు. మరో కొత్త ఆలోచన రాలేదు. అదే సమయంలో పోటీదారులు దూసుకొచ్చారు. ఫలితంగా డ్రాప్‌బాక్స్ మార్కెట్ విలువ పడిపోయింది. కెరటంలా ఎగిసిపడటం కాదు... పడ్డా లేవాలి!

త్రిమూర్తులు...'త్రీ'బాక్సులు!

విష్ణుమూర్తి... బాక్స్-1



ఓ రాక్షసుడొచ్చి భూగోళాన్ని కక్ష్యలోంచి తప్పిస్తాడు. ఓ అసురుడొచ్చి ముల్లోకాల్నీ అల్లకల్లోలం చేస్తాడు. ఓ రాక్షసుడొచ్చి యజ్ఞయాగాల్ని తీవ్రంగా నష్టపరుస్తాడు. సృష్టి సజావుగా నడిచేలా చూడ్డమే విష్ణుమూర్తి పని. ఆ ప్రకారంగా లక్ష్మీవల్లభుడు వర్తమానానికి ప్రతీక.

శివుడు... బాక్స్-2



గతంలో లభించిన శక్తులతోనో, గతంలో పొందిన వరాలతోనో కొందర్లో అహంకారం పెల్లుబుకుతుంది. శివుడు త్రికాలాలకూ ప్రతీక అయిన త్రిశూలంతో... గతంతో ముడిపడిన చెడును నాశనం చేస్తాడు.

బ్రహ్మ... బాక్స్-3



సృష్టికర్త. రేపటికి రూపకర్త. సృష్టించాలంటే విజన్ ఉండాలి. అద్దాలలోని బిడ్డ గడ్డాల వయసు వచ్చేనాటికంతా ఎలా ఉండాలో, ఎలా ప్రవర్తించాలో, ఏ స్థాయికి చేరుకోవాలో ముందే తీర్మానిస్తాడు. భవిష్యత్తును చిత్రిస్తాడు.

బాక్స్ -2

గతం...
సెలెక్టివ్‌లీ ఫర్గెట్ ద పాస్ట్!

2

గతం గొప్పదే. అంతమాత్రాన గంపగుత్తగా గతాన్నంతా నెత్తినెక్కించుకోవాల్సిన పన్లేదు. గతంలోంచి... ఎంత అవసరమో అంతే అట్టిపెట్టుకోవాలి. మిగిలినదాన్ని మూటగట్టి ఏట్లో పడేయాలి. లేదంటే... ఆ గతం 'నిను వీడని నీడను నేనూ...' అంటూ మనల్ని వెంటాడుతూనే ఉంటుంది. అడుగు ముందుకు పడిన ప్రతిసారీ, కాలుపట్టి వెనక్కి లాగేస్తూనే ఉంటుంది. గతాన్ని మరచిపోవడమూ ఓ కళ అయితే, గతంలోని విజయాల్ని మరచిపోవడం ఇంకా పెద్ద కళ. ఆ ఉద్దేశపూర్వకమైన

డబ్బాల సృష్టికర్త...



ఒక విషయాన్ని చాలా సూటిగా, మహా సులభంగా చెప్పడంలోనే రచయిత గొప్పదనం ఉంటుంది. వీజీగా సుప్రసిద్ధులైన... విజయ్ గోవిందరాజన్ ఆ కళలో నిష్ణాతులు. ఒక వ్యక్తి కావచ్చూ, సంస్థా కావచ్చూ... గతం వలలో పడకుండా, వర్తమానపు గంతలు కట్టుకోకుండా, భవిష్యత్తు అనే కళ్లజోడు ధరించాలన్న విషయాన్ని అతి సరళంగా చెప్పారాయన. 'రివర్స్ ఇన్నొవేషన్' కూడా వీజీ సృష్టే. ఆవిష్కరణ అంటే, సంపన్న దేశాల నుంచి పేద దేశాలకు రావడం కాదు... పేద దేశాల నుంచి కూడా సంపన్న దేశాలకు టెక్నాలజీ ఎగుమతి అవుతుంది... అంటూ అనేక ఉదాహరణలు చూపారు. విజయ్ గోవిందరాజన్ ప్రస్తుతం టక్ స్కూల్ ఆఫ్ బిజినెస్‌లో అధ్యాపకులు.

మతిమరుపే మనల్ని 'కంఫర్ట్ జోన్' నుంచి బయటికి తీసుకొస్తుంది.

'నేను స్టూడెంట్‌గా ఉన్న రోజుల్లో అయితే?', 'ఉద్యోగంలో చేరిన కొత్తలో ఓసారి...', 'నైంటీన్ నైంటీఫైవ్‌లో ఏమైందంటే?'- ఇలా, భవిష్యత్తు గురించి ఎలాంటి ఆలోచనా లేనివారూ వర్తమానం విలువ ఏమాత్రం తెలియనివారూ మాత్రమే గతాన్నే పట్టుకుని వేలాడతారు. గత అనుభవాల్నే మళ్లీ మళ్లీ రికార్డు వేసి వినిపిస్తుంటారు. వీళ్ల బుర్రల్లోనూ పాత జ్ఞాపకాలే చక్కర్లు కొడుతుంటాయి.

గతమంతా గొప్పదేం కాదు. అదే సమయంలో దుర్మార్గమైందో చండాలమైందో కూడా కాదు. అలా అని, ఆ జ్ఞాపకాల మూటని మొత్తంగా నెత్తినెక్కించుకున్నా కష్టమే. 'ఏది అవసరం అయితే, దాన్నే తీసుకో. ఏది అస్సలు అవసరంలేదో దాన్ని నిర్మోహమాటంగా వదిలించుకో' అని సలహా ఇస్తారు 'త్రీ బాక్స్ ఫార్ములా' సృష్టికర్త విజయ్ గోవిందరాజన్. కానీ చాలామంది దేన్ని వదిలించుకోవాలో దాన్ని వదిలించుకోరు. దేన్ని జాగ్రత్తగా కాపాడుకోవాలో దాన్ని మాత్రం పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు.

కొన్ని విజయాలు యాదృచ్ఛికం. ఆ గెలుపులో మన ప్రమేయమూ, ప్రయత్నమూ నామమాత్రమే. అయినా సరే, 'ఈ గెలుపు నాది కాదు...' అని చెప్పుకోడానికి అహం అడ్డొస్తుంది. దీంతో, మనవికాని భుజకీర్తుల్ని వేలాడేసుకుని ఊరంతా ఊరేగుతాం. నలుగురూ పొగుడుతుంటే మురిసిపోతాం. ముసిముసినవ్వులు నవ్వుకుంటాం. మన గొయ్యి మనమే తవ్వుకోవడమంటే అదే.

జయాపజయాల విషయంలో ఒకటే బండగుర్తు. గతంలోని వైఫల్యాన్ని బాగా గుర్తుపెట్టుకోవాలి. గతంలోని విజయాల్ని మాత్రం తక్షణం బుర్రలోంచి తుడిచేయాలి. ఓటమి వస్తూ వస్తూ ఓ గొప్ప పాఠాన్ని తీసుకొస్తుంది. గెలుపు దగ్గర అలాంటి సరంజామా ఏం ఉండదు. పాత వైఫల్యాల్ని గుర్తుపెట్టుకుంటే కొత్త వైఫల్యాలు దరిదాపుల్లోకి కూడా రావు. పాత విజయాల్ని మరచిపోతేనే కొత్త విజయాలు దగ్గరికొస్తాయి. చెరువు ఎండిపోయినప్పుడే కొత్తనీరు చేరినట్టు!

గెలుపుతో ఉన్న సమస్య ఏమిటంటే? - ఆ అనూహ్య విజయం, ఆ అద్భుత ఫలితం మన గతం మీద మనకు మరింత నమ్మకం కలిగిస్తుంది. నిన్న అలా ఆలోచించాను కాబట్టి, ఈరోజు ఇలా జరిగింది. మొన్న అంత కష్టపడ్డాను కాబట్టి, ఇప్పుడు ఇంత సంపద వచ్చింది. అప్పట్లో అన్ని అవరోధాలు అధిగమించాను కాబట్టి, ఇప్పట్లో ఇన్ని పేరుప్రతిష్ఠలు వచ్చాయి - అలా, ఆ పాతంతా ఓచోట పేరుకుపోతుంది. అదే మన 'మైండ్‌సెట్'గా అవతరిస్తుంది. ఇక మనం, నూతిలోని కప్పలమే! గిరిగీసుకుని ఆలోచిస్తాం, గంతలుకట్టుకుని వ్యవహరిస్తాం. ఆ పాత వాసనల నడుమ... కొత్తదనం గురించి ఏమాత్రం పట్టించుకోం. ప్రపంచమంతా ఎటువైపు వెళ్తోందో అస్సలు గమనించం. నిన్నటినే పట్టుకుని వేలాడితే, రేపటి రోజున ఏమీ సాధించలేం.

చాలామంది రచయితలూ, దర్శకులూ కొద్దికాలం పరిశ్రమను ఏలేస్తారు. ఓ రెండుమూడు చిత్రాలు విజయం సాధిస్తాయి. ఓ ఐదారు పుస్తకాలు అమ్ముడుపోతాయి. ఆతర్వాత...? గతంలోని ఆలోచనల నుంచీ గతంలోని పడికట్టు ఫార్ములాల నుంచీ బయటపడకపోవడం వల్ల... పరుగులో వెనుకబడిపోతారు. కొత్తతరంతో పోటీపడలేకపోతారు. ఆ కథనాలూ, ఆ టేకింగ్‌లూ పాతవాసన కొడతాయి. ఆ చింతకాయ పచ్చడిని జనం ఎంతోకాలం భరించరు. ఆ విషయం చూచాయగా అర్థం అవుతున్నా... మారడానికి ప్రయత్నించరు. 'పరిశ్రమ స్థాయి దిగజారిందనో, ప్రమాణాలు పడిపోయాయనో...' గతాన్ని గ్లోరిఫై చేస్తూ బతికేస్తారు. ఇదంతా నిన్నటిని వదిలిపెట్టలేని దౌర్భాగ్యమే. భవిష్యత్తును స్వాగతించలేని పిరికితనమే.

గెలుపు అన్న మాటలోనే... సగం శుభవార్త ఉంది, సగం అశుభవార్త ఉంది. గెలవడం శుభం. గెలుపు అనే వలలో పడిపోవడం అశుభం. గెలుపు రాగానే దాన్ని నిలుపుకునే ప్రయత్నం చేస్తాం. అంటే, ఉన్నదగ్గరే ఉండిపోతాం. గెలుపుతో పొట్టనిండినట్టు అనిపిస్తుంది. అంటే, పరుగెత్తడానికి బద్ధకిస్తాం. భుక్తాయాసంతో విశ్రమిస్తాం. అదసలు విజేత లక్షణమే కాదంటారు నిపుణులు. 'పర్ఫార్మ్ వైల్ యు ట్రాన్స్‌ఫామ్' ... వర్తమానంలో నిన్ను నువ్వు నిరూపించుకుంటూనే, భవిష్యత్తులో చేయబోయే అద్భుతాలకు వేదికను సిద్ధం చేసుకోవాలి.

గతాన్ని వదిలించుకోవడం అంటే, భవిష్యత్తులో పెద్దగా ఉపయోగపడని గత అలవాట్లనూ, నిన్నటి అభిరుచులనూ కూడా వదిలించుకోవడమే. నిన్నమొన్నటిదాకా నీకు సినిమాలంటే పిచ్చి. కానీ, ఐటీ రంగంలో నాయకుడిగా ఎదగాలన్న నీ రేపటి లక్ష్యాలకు ఆ అలవాటు ఏమాత్రం ఉపయోగపడదు. అదే, రోబోటిక్స్ మీద ఆసక్తి పెంచుకుంటే... టెక్నాలజీని అర్థంచేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. ఆ ఐడియాలను ఆవిష్కరణలుగా





మార్చుకునే వెసులుబాటు లభిస్తుంది. ఆ పరిస్థితే వస్తే - నిర్మొహమాటంగా గతంలోని అలవాట్లను మార్చేసుకోవడమే. ప్రస్తుతం నువ్వు చేస్తున్న వ్యాపారాలకూ భవిష్యత్తు లక్ష్యాలకూ ఏమాత్రం సంబంధం లేదనిపిస్తే... మరో ఆలోచన లేకుండా, దాన్ని ఎవరో ఒకరికి కట్టబెట్టేయడమే. జీయీ (జనరల్ ఎలక్ట్రిక్) ఆపనే చేసింది. ఓ దశలో, అపార లాభాల్ని ఆర్జించిపెడుతున్న ఇతర వ్యాపారాల్ని బేరానికి పెట్టేసింది. సాధ్యమైనంత లాభదాయకంగా వాటిని వదిలించుకుంది. కారణం... భవిష్యత్తు అంతా టెక్నాలజీదే కాబట్టి, ఆ వైపుగా దృష్టి సారించాలన్న తీర్మానం. బాక్స్‌వన్‌కే పరిమితమై ఉంటే... వర్తమానం మీద మోజు పెంచుకుని ఉంటే జీయీ అక్కడే ఆగిపోయేది. తన గతాన్నంతా పక్కనపెట్టి, నిన్నటి విజయాల్ని జాగ్రత్తగా అటకెక్కించి... కొత్తగా, అనామకంగా మూడో డబ్బాలోకి అడుగుపెట్టడమే...జీయీ వందేళ్ల పైచిలుకు ఆయుర్దాయ రహస్యం. ఆ మూడు డబ్బాల ప్రయోగం వృథాగా పోలేదు. అధునాతక వైద్య పరికరాల వ్యాపారంలో జీయీ అద్భుతాలు సృష్టించింది. అతిచవగ్గా నాణ్యమైన ఉత్పత్తుల్ని అందిస్తోంది.

బాక్స్ -3

భవిష్యత్తు...
క్రియేట్ ద ఫ్యూచర్!

3

భవిష్యత్తు అంటే - రేపు, ఎల్లుండి, ఏడాది తర్వాత, పదేళ్ల తర్వాత, పాతికేళ్ల తర్వాత... అనే కదా అనుకుంటాం. అది పొరపాటు. భవిష్యత్తు అనేది నేటితోనే మొదలవుతుంది. ఉదాహరణకు 2020 నాటికి గొప్ప వ్యాపారవేత్తగా ఎదగాలనో, బిలియన్ డాలర్ కంపెనీకి అధిపతి అనిపించుకోవాలనో ప్రణాళిక రచించుకున్నంత మాత్రాన... ఇదంతా పూర్తిగా భవిష్యత్తుకే సంబంధించిన వ్యవహారం అయిపోదు. 2020 వైపుగా... 2017లోనే తొలి అడుగుపడాలి. రేపటి విజయానికి అవసరమైన ముడిసరుకును ఈరోజే సృష్టించుకోవాలి.

గూగుల్ విజయం వెనుక కూడా మూడు డబ్బాల సూత్రమే ఉంది. డిజిటల్ రంగంలో అంతా పారదర్శకమే. వ్యాపారాలన్నీ తెరిచిన పుస్తకాలే. దీంతో, విజయాన్ని అనుకరించడానికి చాలామంది సిద్ధంగా ఉంటారు. అనుకరిస్తే అనుకరించనివ్వండి. ఆ ఎంగిలి ఐడియాను వాళ్లకు వదిలేసి, ఇంకేదో కొత్త ఆలోచనను వెతుక్కుంటూ ముందుకెళ్లిపోవడమే. న్యూయార్క్‌టైమ్స్ పత్రిక సాంకేతికమైన మార్పుల్ని అందిపుచ్చుకోడానికి డిజిటల్ ఎడిషన్‌ను ప్రారంభించింది. అయితే...పాత సంస్థలోని సిబ్బందికే కొత్త బాధ్యతలు అప్పగించింది. అంటే, వాళ్లంతా బాక్స్-2లో కూరుకుపోయిన జనాలే. ఆలోచనలన్నీ గతంచుట్టే తిరిగేవి. దీంతో ఆ ప్రయోగం తొలిదశలో ఘోరంగా దెబ్బతింది. అంటే, మార్పు మనతోనే మొదలైతే కావచ్చు కానీ, మనకు మాత్రమే పరిమితం కాకూడదు.

వ్యాయామమో, జాగింగో అయినా అంతే. చూడ్డానికి వర్తమానానికి సంబంధించిన విషయాల్లా (బాక్స్-1) అనిపిస్తాయి. నిజానికి ఇవి బాక్స్-3కే అతికినట్టు సరిపోతాయి. పదేళ్ల తర్వాత ఫలానా స్థాయిలో ఉండాలంటే, ముందు ఆరోగ్యంగా ఉండాలిగా! ఆరోజు నిక్షేపంగా బతికుండాలంటే, ఈరోజు కొవ్వు కరిగించుకోవాలి. ఈరోజు వ్యాయామం చేయకపోతే ఈరోజుకొచ్చిన నష్టమేం లేదు. ఐదేళ్ల తర్వాతో, పదేళ్ల తర్వాతో ఆ దెబ్బ తెలుస్తుంది.

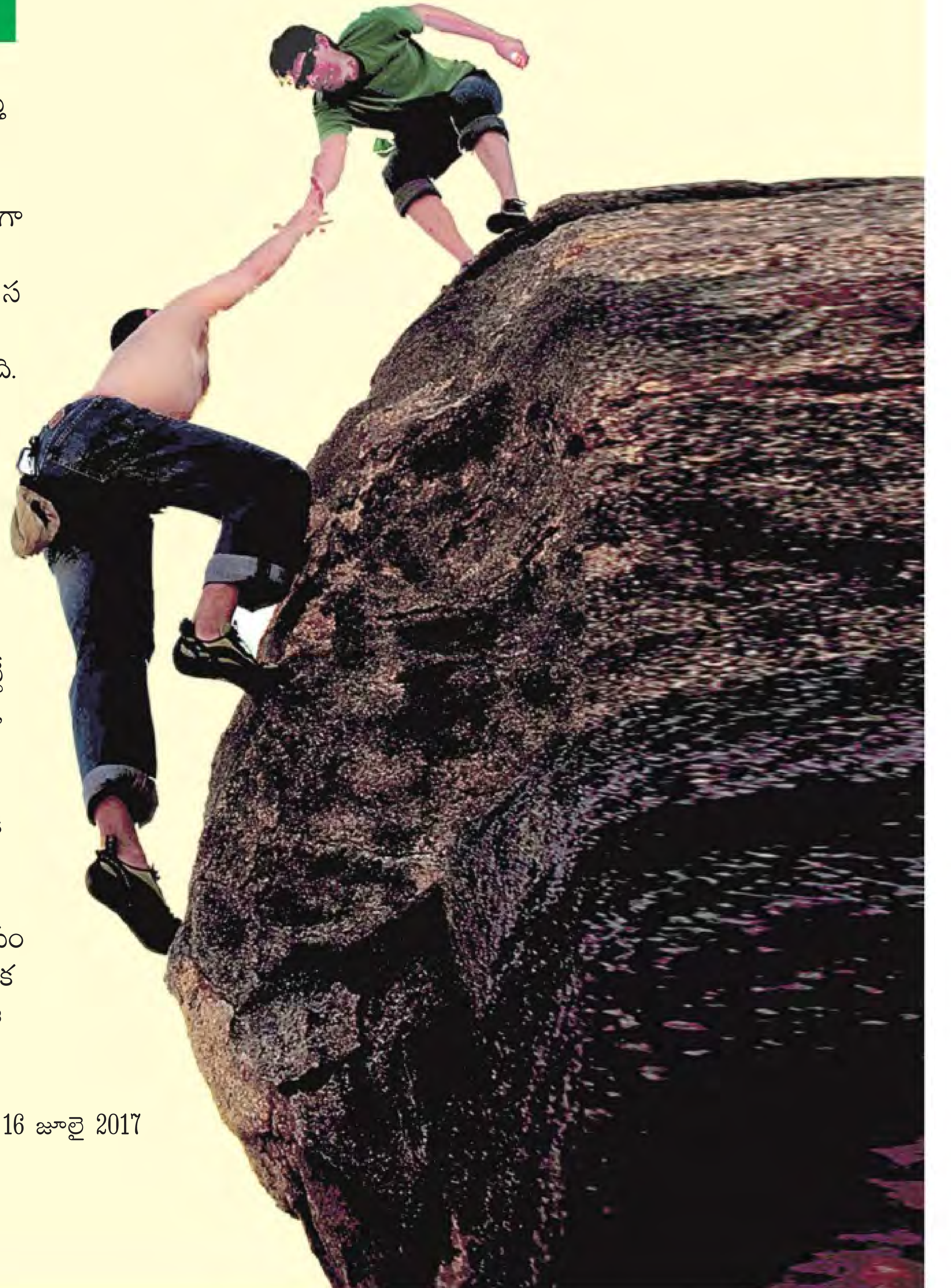
నైపుణ్యాల్ని పెంచుకోవడం కూడా మూడో డబ్బా పరిధిలోకే వస్తుంది. చక్కని ఉద్యోగం ఉన్నప్పుడు, లక్షలకు లక్షల జీతం సంపాదిస్తున్నప్పుడు... చాలామంది కులాసాగా గడిపేస్తారు. విలాసాల్లో మునిగేస్తారు. ఏ ఒకరో ఇద్దరో మాత్రం... రేపటి గురించి ఆలోచిస్తారు. రేపటి మార్పుల్ని ఊహించుకుంటారు. ఆ సవాళ్లను ఎదుర్కోడానికి సాంకేతికంగా అప్‌డేట్ అవుతారు. నైపుణ్యాల్ని సానబెట్టుకుంటారు. వేయిమంది ఉద్యోగులున్న కంపెనీ ఓ వందమందినే ఉంచుకోవాలని నిర్ణయిస్తే ఆ వందలో వీళ్లూ ఒకరై ఉంటారు. ఆ వందమందినీ వడపోసి ఓ పదిమంది జాబితా తయారు చేసినా, ఆ పదిమందిలోనూ వీళ్లే! మార్పును ఆమోదించే జీవే, మార్పు సూత్రాల్ని ఒంటబట్టించుకున్న జీవే... కడదాకా నిలుస్తుందీ, గెలుస్తుందీ!

గత విజయాల్లో కూరుకుపోవడం వల్లే, ఆతిథ్యరంగ దిగ్గజం మారియట్ హోటల్స్‌కు... ఓయోరూమ్స్ సృష్టికర్త రితేష్ అగర్వాల్‌కు వచ్చిన చిన్నపాటి ఆలోచన లాంటిది కూడా రాలేదు. ఒక్క హోటలు కూడా పెట్టకుండానే, అంతకు ఎక్కువే సంపాదించాడా కుర్రాడు. వందేళ్లకుపైగా చరిత్ర కలిగిన రవాణారంగ దిగ్గజం ఫోర్డ్ బుర్ర... పిల్లకాకి ఉబెర్ మెదడులో పదోవంతు వేగంతో కూడా పనిచేయలేకపోయింది. ఒక్క కారు కూడా కొనకుండానే లక్షల కార్లను నిర్వహిస్తోందా నవతరం సంస్థ. భవిష్యత్తు గురించి ఆలోచిస్తేనే... భవిష్యత్తు మనది అవుతుంది. ఆలోచించడం కాదు, సృష్టించుకోవాలి... ముందుగా మనసులో, ఆతర్వాత వాస్తవంలో!

• • •

'కార్పొరేట్ యాంబిడెక్స్‌టరిటీ' - అన్న మాటను తరచూ ఉపయోగిస్తారు విజయ్ గోవిందరాజన్. ఇదోరకమైన సవ్యసాచిత్వం! అర్జునుడు రెండు చేతులతోనూ బాణాలు వేసినట్టు.. మనం రెండు చేతులతో జీవితాన్ని సమన్వయం చేసుకోవడం. ఒకచేతిలో మైక్రోస్కోప్ ఉండాలి. అంటే, అతి సూక్ష్మ విషయాల్ని కూడా స్పష్టంగా గ్రహించాలి. మరో చేతిలో టెలిస్కోప్ ఉండాలి. సుదూర భవిష్యత్తును కూడా అతి దగ్గర నుంచీ గమనించాలి. అయితే, మారాలన్న బలమైన ఆకాంక్ష ఉన్నప్పుడే ఇదంతా సాధ్యం అవుతుంది - వ్యక్తికైనా, సంస్థకైనా!

- సండే డెస్క్











మిక్చర్ పొట్లం

బొమ్మలు : వెంకట్

అదీ సంగతి!

టూరుకెళ్లిన ఆడవాళ్ల బస్సు దురదృష్టవశాత్తు నదిలో పడి అందరూ పోయారు. భర్తలందరూ వారం రోజుల



పాటు ఏడ్చి ఏడ్చి చాలించారు గాని, శేషావతారం మాత్రం ఏడుపు ఆపడం లేదు.

"భార్యను బాగా మిస్సవుతున్నారా .." జాలిగా అడిగాడు శేషావతారం శ్రేయోభిలాషి.

"లేదు. ఆ రోజు నా భార్య బస్సు మిస్సయ్యింది" మళ్లీ గొల్లుమన్నాడు శేషావతారం.

రివర్స్ గేర్

"**ప**నిమనిషి వస్తుంది కదా .. ఇల్లు నువ్వు ఊడుస్తున్నావేం?" అడిగాడు అప్పుడే ఇంట్లోకి వచ్చిన భర్త.

"అది వచ్చిందంటే .. ఇల్లంతా మట్టి మట్టిగా ఉందని ఒకటే గొడవ చేస్తుంది. అందుకే ఊడుస్తున్నా ..." బదులిచ్చింది భార్య.

స్టూడెంట్ నెం.1



"**ఏ**డాదిలో మొత్తం ఎన్ని రాత్రులు?" అడిగింది టీచర్.

"పది టీచర్" చెప్పాడు రాజు.

"ఎలా?" ఆశ్చర్యపోయింది టీచర్

"తొమ్మిది నవరాత్రులు, ఒక శివరాత్రి. మొత్తం పది టీచర్" వివరించాడు రాజు.

రెండాకులు ఎక్కువే ...

"**వి**డాకులు ఎందుకు కోరుకుంటున్నావ్?" అడిగాడు జడ్జి



"నా భార్య నాతో వెల్లుల్లి ఒలిపిస్తుంది. ఉల్లిపాయలు కోయిస్తుంది. అంట్లు తోమిస్తుంది, బట్టలు ఉతికిస్తుంది ..." చెప్పాడు బుల్లెబ్బాయ్.

"వీటితో అంత కష్టం ఏముంది? వెల్లుల్లిని వేడి నీటిలో వేస్తే పొట్టు సులువుగా వస్తుంది. ఉల్లిని గంట పాటు ఫ్రిజ్‌లో ఉంచితే కళ్ల నీరు కారవు. అంట్లు తోమే ముందు కొద్దిసేపు నానబెడితే సులువుగా శుభ్రపడతాయి, బట్టలు ఉతికే ముందు సర్ఫ్ నీటిలో నానబెడితే మురికి వదులుతుంది .." బోధించాడు జడ్జి.

"అర్థమయ్యింది" తల గోక్కున్నాడు బుల్లెబ్బాయ్.

"ఏమర్థమయ్యింది?" అడిగాడు జడ్జి.

"మీ పరిస్థితి నాకంటే దారుణంగా ఉందని" చెప్పాడు బుల్లెబ్బాయ్.

భలే మొగుడు

అప్పటిదాకా ఊరిమీద బలాదూర్ తిరిగొచ్చిన శ్యామలరావు భార్యతో "కాంతం, ఈ రోజు లంచ్‌లోకి ఏంటి?" అడిగాడు విలాసంగా.

ఆ మాటకి బట్టలు ఉతుకుతున్న కాంతానికి కోపం నషాళానికి అంటింది. తమాయించుకుని "ఇవాల్టికి నేను ఊరు వెళ్లాననుకుని మీరే వండుకోండి" అంది.

లుంగీ ఎగ్గట్టి వంటింట్లోకి దూరి కడుపునిండా వండుకు తిని బయటకి వస్తుంటే ..

"నాకేదీ..." అడిగింది కాంతం.

"నువ్వు ఊరునుండి ఎప్పుడొచ్చావ్ కాంతం?" అమాయకంగా ప్రశ్నించాడు శ్యామల్రావు.

సొంత వైద్యం

"నా బాడీలో ఐరన్ లేదు డాక్టర్. ఐరన్ టాబ్లెట్లు రాయండి."

"నీ బాడీలో ఐరన్ లేదా ... రక్త పరీక్ష చేయించావా?"

"బాడీకి అయస్కాంతం పెట్టి చూశా. అతుక్కోలేదు ..."

" .....!?"

ఔరా!



'**అ**న్ని సబ్జెక్టులూ ఒకే మాస్టారు చెప్ప లేదు కానీ, అన్ని సబ్జెక్టులూ ఒకే స్టూడెంట్ ఎలా నేర్చుకోగలడు!?'

రొమాంటిక్ పాటల 'ఆషికీ'

ఒక రియాలిటీ షో ఫైనల్‌లో జడ్జీలకు అతడి గళం బాగా నచ్చింది. కానీ ఆడియెన్స్‌పోల్ పాయింట్లు లభించక ఆరవస్థానంతో వెనుదిరిగాడు. అదే కుర్రాడు ఎనిమిదేళ్లు తిరిగేసరికి 'ఆషికీ 2'లో 'తుమ్ హీ హో' అనే పాటతో దేశవిదేశాల్లోని సంగీతప్రియుల హృదయాలను సుతిమెత్తగా మీటాడు. మరో నాలుగేళ్లు గడిచేసరికి అనేక సూపర్‌హిట్ సాంగ్స్‌ను తన ఖాతాలో జమచేసుకుని టాప్ సింగర్‌గా అవతరించాడు. అతడే అరిజిత్ సింగ్. బాలీవుడ్ అమేజింగ్ సింగర్.

అరిజిత్ సింగ్... ఈ పేరు చాలామందికి తెలియకపోవచ్చేమోగానీ అతడి పాటకు ఫిదా కానీ వారు లేరు. నవతరం బాలీవుడ్ సంగీతప్రియులు నిరంతరం ఎక్కడో ఒక చోట అరిజిత్ పాటను హమ్ చేస్తూనే ఉంటారు. అతడి గళమాధుర్యంలో తడిసిముద్దవుతుంటారు. ప్రస్తుతం బాలీవుడ్‌లో ఆ గళం అనేక ప్రకంపనాలు సృష్టిస్తోంది. నవతరానికి అరిజిత్ పాట ఒక సాంత్వన... ఒక రొమాంటిక్ ఎక్స్‌ప్రెషన్... ఒక జోష్. ఫేస్‌బుక్‌లో అతడిని ఫాలో అవుతున్నవారు ఎంతమంది ఉన్నారో తెలుసా? సుమారుగా కోటీ 77 లక్షలు.

సంగీత ప్రయాణం ...

ఉంగరాల జుట్టు, కళ్లజోడుతో కాస్త స్టయిలిష్‌గా, ఇంకాస్త అమాయకంగా కనిపించే అరిజిత్ (30) సొంతూరు పశ్చిమబెంగాల్‌కు చెందిన ముర్షిదాబాద్‌లోని జియాగంజ్ అనే చిన్న పట్టణం. తండ్రి పంజాబీ, తల్లి బెంగాలీ. సంగీతం అతడికి చిన్నప్పటినుంచే అలవడానికి ప్రధాన కారణం కుటుంబసభ్యులు చాలామంది సంగీతకారులు కావడమే. తల్లి అద్భుతంగా పాడటమేగాక తబలా కూడా వాయించేది. " మా ఇంట్లో సంగీతమే నన్ను నిద్రలేపేది. చదువులో ముందుండేవాడిని, కానీ ఎప్పుడూ సంగీతం వైపే మనసు లాగేది " అంటాడు అరిజిత్. పిల్లాడి అభిరుచిని గమనించి, సంగీతంలో ప్రత్యేకంగా శిక్షణ ఇప్పించాలనుకున్నారు తల్లిదండ్రులు. మూడేళ్ల వయసులోనే అరిజిత్‌ను బెంగాల్‌లో ప్రసిద్ధ సంగీతకారులైన హజారీ బ్రదర్స్ దగ్గర శిక్షణకు పంపారు. తొమ్మిదేళ్లు వచ్చేసరికి భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతంలో ప్రభుత్వ స్కాలర్‌షిప్‌కు అర్హత సాధించాడు. ఒకవైపు గులామ్ అలీ, ఉస్తాద్ రషీద్‌ఖాన్, జాకీర్ హుస్సేన్, ఆనంద్ ఛటర్జీలను గురుతుల్యులుగా భావించి ఫాలో అవుతూనే, మరోవైపు బాలీవుడ్ గాయకులైన కిషోర్‌కుమార్, హేమంత్‌కుమార్, మన్నాడే పాటలను విపరీతంగా వినేవాడు. స్కూల్లో చదువుకుంటుండగా ప్రతీ సంగీతపోటీల్లో బహుమతులు తనకే రావడంతో, కొత్తవారికి అవకాశం ఇచ్చేందుకు పోటీ చేయడం మానేశాడు.

ఒకరోజు అరిజిత్‌ను అతడి గురువు రాజేంద్రప్రసాద్ హజారీ పిలిచి "భారతీయ శాస్త్రీయ సంగీతం ఒక అంతరించిపోతున్న సంస్కృతి అనీ, సొంతూరు వదిలేసి ముంబయికి వెళ్లి రియాలిటీ షో 'ఫేమ్ గురుకుల్'లో పాల్గొన"మని సలహా ఇచ్చారు. అప్పుడు అరిజిత్ వయసు 18 ఏళ్లు. గురువు ఆదేశం మేరకు ముంబయి చేరుకున్న అరిజిత్ 'ఫేమ్ గురుకుల్'లో స్థానం సంపాదించుకోవడానికి చాలా కష్టపడాల్సి వచ్చింది. " ఆడిషన్స్ కోసం చాలా రౌండ్లు ఉండేవి. పాటలు పాడి పాడి అలసిపోయి అక్కడే నిద్రపోయేవాడిని. నా కల నెరవేరాలంటే అదే సరైన వేదిక కాబట్టి బాధలన్నీ భరించాను" అని గతాన్ని గుర్తుచేసుకున్నాడు. అతడి గళానికి శంకర్ మహదేవన్, సంజయ్‌లీలా భన్సాలీ వంటి బాలీవుడ్ ప్రముఖులు ఫిదా అయ్యారు. అయితే ఫైనల్‌లో ఆడియన్స్‌పోల్ ఓట్లు పడక ఆరవస్థానంతో వెనుదిరగాల్సి వచ్చింది. అరిజిత్‌సింగ్ టాలెంట్‌ను పసిగట్టిన 'టిప్స్' మ్యూజిక్ అధినేత కుమార్ తౌరాని అతడితో ఒక ఆల్బమ్ రూపొందించేందుకు కాంట్రాక్టు కుదుర్చుకున్నారు. దురదృష్టం ఏమిటంటే... సంజయ్‌లీలా భన్సాలీ 'సావరియా'లో ఒక పాట పాడినప్పటికీ బయటకు రానట్టే, ఈ ఆల్బమ్ కూడా వెలుగు చూడలేదు. నిరాశతో సొంతూరుకు వెళ్లిపోయిన అరిజిత్ ఓటమిని అంగీకరించేందుకు ఇష్టపడలేదు. ఆ మరుసటి యేడాదే బాలీవుడ్‌లో చావో రేవో తేల్చుకోవాలని తిరిగి ముంబయికి చేరుకున్నాడు. లోఖండ్‌వాలాలో చిన్న గది అద్దె తీసుకుని గాయకుడిగా అవకాశాల కోసం ప్రయత్నాలు మొదలెట్టాడు. అంతకుముందు మరో

ARIJIT SINGH

రియాల్టీషో (10 కే 10 లే గయే దిల్)లో గెలుచుకున్న మొత్తంతో చిన్న స్టూడియో ఏర్పాటుచేసుకుని ప్రకటనలకు పాడుతూ, సంగీతాన్ని అందిస్తూ వచ్చాడు. మ్యూజిక్ ప్రోగ్రామర్‌గా, మ్యూజిక్ ప్రొడ్యూసర్‌గా ప్రసిద్ధ సంగీత దర్శకులు శంకర్‌మహదేవన్‌త్రయం, విశాల్‌శేఖర్‌ద్వయం, ప్రీతమ్‌ల దగ్గర పనిచేశాడు.

సంగీతానికి సంబంధించి ఎన్ని పనులు చేస్తున్న అరిజిత్‌కు తృప్తిమాత్రం లభించలేదు. తన గళం తప్పకుండా బాలీవుడ్‌లో వినిపించాలని తహతహలాడేవాడు. "నాలాంటి యువతీయువకులు ఎందరో టాలెంట్ నిరూపించుకునేందుకు ముంబయికి వస్తూపోతుంటారు. కానీ కఠోరశ్రమ అనేది తప్పకుండా ఏదో ఒకరోజు అవకాశాన్ని అందిస్తుందనే నమ్మకంతోనే పోరాటం





కొనసాగించాను" అంటారాయన తన బ్రాండ్ చిరునవ్వుతో.

తొలిపాట తెలుగులోనే...

సంగీత దర్శకుడు ప్రీతమ్ దగ్గర మూడు బాలీవుడ్ సినిమాలకు సంగీత సహాయకుడిగా పనిచేస్తూనే గాయకుడిగా సరైన అవకాశం ఎదురుచూస్తున్న వేళ... సందీప్ చౌతా అతడికి తొలి అవకాశాన్నిచ్చాడు. నాగార్జున హీరోగా రూపొందిన 'కేడీ' సినిమాకు సంగీతాన్ని అందించిన సందీప్ చౌతా ఒక డ్యూయెట్‌ను (నీవేనా నీవేనా) అరిజిత్‌తో పాడించారు. సినిమాల్లో అతడికి అదే తొలి పాట. ఆ తర్వాత 'మర్డర్ 2'తో బాలీవుడ్ ఎంట్రీ ఇచ్చాడు. రెండేళ్లపాటు గాయకుడిగా పలు అవకాశాలు వచ్చినప్పటికీ 'ఆషికీ2' (2013)లోని 'తుమ్ హీ హో' పాట తెచ్చిన గుర్తింపు అంతా ఇంతా కాదు. అలాంటి ఒక అవకాశం కోసమే చాలా ఏళ్లుగా ఎదురుచూస్తున్న అరిజిత్ ఇక ఆ తర్వాత వెనక్కి తిరిగే చూసుకోలేదు. 'కబీరా...'(యే జవానీ హై దివానీ), 'కశ్మీర్ మై తూ కన్యాకుమారి' (చెన్నై ఎక్స్‌ప్రెస్), 'మై రంగ్ షరబతోంకా' (ఫటా పోస్టర్ నిక్లా హీరో), 'హంగామా హోగయా' (క్వీన్), 'మస్త్ మగన్' (2 స్టేట్స్), 'మన్‌వా లాగే' (హ్యాపీ న్యూ ఇయర్), 'తూ చలే' (ఐ), 'నైనా' (దంగల్), 'ఎన్నా సోనా' (ఓకే జానూ), 'ఉల్లూ కా పట్టా' (జగ్గా జాసూస్) వంటి అనేక హిట్‌సాంగ్స్‌తో బాలీవుడ్ టాప్‌సింగరయ్యాడు. అయితే అరిజిత్‌కు మొదటి నుంచి తెలుగు చిత్రసీమ అంతగా కలిసి రాలేదనే చెప్పాలి. తెలుగులో అతడు ఇప్పటిదాకా పదికి పైగా సినిమాల్లో (స్వామి రారా, ఉయ్యాల జంపాల, నువ్వే నా బంగారం, రౌడీఫెలో, దోచెయ్...) పాటలు పాడినప్పటికీ బ్రేక్ మాత్రం రాలేదు.

చిన్ననాటి స్నేహితురాలితో రెండో పెళ్లి...

ముంబయిలో సంగీత దర్శకుడు ప్రీతమ్‌తో



కలిసి పనిచేస్తున్నప్పుడు ఆయన అసిస్టెంట్ కోయెల్ సింగ్‌ను ఇష్టపడి పెళ్లి చేసుకున్నాడు అరిజిత్. కానీ వారి బంధం ఎంతోకాలం నిలవలేదు. 2013లో వారిద్దరూ విడాకులు తీసుకున్నారు. స్వతహాగానే సిగ్గరి అయిన అరిజిత్ ఆ సంఘటనతో కొంతకాలం ఎవర్నీ కలవకుండా ఒంటరిగా ఉండేవాడు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో ఒకసారి బెంగాల్‌లో చిన్ననాటి స్నేహితురాలు కోయెల్ రాయ్ కలిసింది. ఒక కూతురు ఉన్న రాయ్ కూడా అప్పటికే విడాకులు తీసుకుని ఒంటరిగా ఉంటోంది. అరిజిత్ ఆమెను రహస్యంగా పెళ్లిచేసుకున్నాడు. అరిజిత్‌కు ఆమె చేదోడువాదోడుగా ఉంటూ అతడి ఉన్నతికి తోడ్పాటు అందించింది. వారికి ఇద్దరు కుమారులున్నారు.

మహమ్మద్ రఫీ, లతామంగేష్కర్‌ల పాటలను అమితంగా ఇష్టపడే అరిజిత్, నేపథ్యగానంతో పాటు వేదికలపై పాటలు పాడటమంటే ఎక్కడలేని ఉత్సాహం చూపుతాడు. ఇప్పటికే ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక సంగీత కార్యక్రమాల్లో పాల్గొని సంగీతాభిమానులను తన పాటలతో మెస్మరైజ్ చేశాడు. రానున్న కాలంలో తన మార్కు ప్రత్యేక మ్యూజిక్ ఆల్బమ్స్‌ను (ఇండిపెండెంట్ మ్యూజిక్) విడుదల చేసే సన్నాహాల్లో ఉన్నాడు.



- సంగీతంతో పాటు క్రీడలంటే ఇష్టం. క్రికెట్, ఫుట్‌బాల్, బ్యాడ్మింటన్ రెగ్యులర్‌గా ఫాలో అవుతాడు. సచిన్, జాంటీరోడ్స్, మెస్సీ, సైనా నెహ్వాల్ ఫేవరెట్స్.
- కేకే, ఆయుష్మాన్ ఖురానా అభిమాన గాయకులు.
- చిన్నప్పటినుంచి అమీర్‌ఖాన్‌కు పాట పాడాలనే కోరిక 'దంగల్'తో తీరింది.
- సంగీత గురువు రాజేంద్రప్రసాద్ హజారి కఠిన శిక్షణ వల్ల 50 సార్లు గొంతు పోగొట్టుకున్నాడు.
- తబలా, గిటార్, పియానో బాగా వాయిస్తాడు.
- ఎన్నో పాటలు పాడినప్పటికీ అభిమానులు మాత్రం 'రొమాంటిక్ సింగర్'గా గుర్తిస్తారు.
- ఒకవైపు పాటలు పాడుతూనే, ఇండిపెండెంట్ మ్యూజిక్ కోసం కృషి చేస్తున్నాడు.
- బెంగాలీఫుడ్ మాచర్‌జోల్, మిష్టీస్, ఆలూసెడ్డొ అంటే ఇష్టం. చేపల కూర ఆల్‌టైమ్ ఫేవరెట్. ఇప్పటికీ చేపల మార్కెట్‌కు వెళ్లి చేపలు బేరమాడుతుంటాడు.
- ఆటోల్లో, కార్లలో తను పాడిన పాటలు వినిపిస్తే తెగ సంతోషిస్తాడు.
- అంతర్జాతీయ గాయని నోరాజోన్స్‌తో కలిసి పాడాలనే కోరిక ఉంది.



పాతనోట్ల పాపం!

'నా పనైపోయింది అంకుల్, ఇంటి కెళ్లనా?' ట్రాలీ ఆటోని చెట్ల మధ్య ఆపుతూ అన్నాడు 24 ఏళ్ల నికుంజ్.

'ఉండరా, ఎవరు నాటాలీ ఇవన్నీ?' నికుంజ్ వేసుకొచ్చిన పూలమొక్కల లోడ్‌ని చూపిస్తూ జయంతీ భాయ్ అన్నాడు.

ముంబయి శివారు ఫాంహౌస్‌లో పూలమొక్కలు నాటే కాంట్రాక్టు చేపట్టిన జయంతి, మొక్కల్ని సాగుచేసే మేనల్లుడు నికుంజ్ నుంచి మొక్కల్ని కొంటున్నాడు.

నికుంజ్ మొక్కల్ని అన్‌లోడ్ చేస్తూంటే, 'సరేగానీ, రేపొక పనుంది, వస్తావా?' అడిగాడు జయంతి. ఏంటన్నట్టు చూశాడు నికుంజ్. కన్ను గీటాడు జయంతి.

మర్నాడు మధ్యాహ్నం ముంబయిలోని కాండివిలీలో దేవేంద్ర దోషి ఫ్లాట్ కెళ్ళారు. రెండు గంటల తర్వాత చూస్తే 65 ఏళ్ల షేర్ బ్రోకర్ దేవేంద్ర దోషి చచ్చి పడున్నాడు. సీనియర్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్ ఆ శవాన్నే పరిశీలనగా చూస్తూ నిలబడ్డాడు.

"బయట కెమెరాలున్నాయేమో చూడకూడదా?" అన్నాడు ఏసీపీ శ్రీరంగ్.

సీసీ టీవీ ఫుటేజీలో వచ్చి పోతూ కన్పిస్తున్న ఇద్దర్నీ అపార్ట్‌మెంట్‌లో ఎవరూ గుర్తు పట్టలేక పోయారు. మర్నాడు పోలీస్‌స్టేషన్‌కు కేబుల్ ఆపరేటర్ వచ్చాడు. నిన్న పేమెంట్ కోసం దోషి ఫ్లాట్ కెళ్తే, ఎవరో ఇద్దరితో కలిసి భోంచేస్తూ కన్పించాడనీ, తనని రేపు రమ్మన్నాడనీ సమాచారమిచ్చాడు. ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్ సీసీ టీవీ ఫుటేజీ చూపించాడు. కేబుల్ ఆపరేటర్ ఆ ఇద్దర్నీ గుర్తుపట్టి, "వీళ్ళే భోంచేసింది..." అని ధృవీకరించాడు.

ఏసీపీ శ్రీరంగ్‌తో చర్చించాడు ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్, "సర్, ఆయనకి మూడు ఫోన్లు ఉండాలట, మూడూ లేవు. కత్తి పడుంది, కానీ కత్తి ఒక్క దాంతోనే చంపలేదు, ఇంకో వెపనేదో ఉండాలి. కబోర్డులో క్యాష్, గోల్డ్‌కాయిన్స్ అలాగే ఉన్నాయి సర్"

"వాళ్ళు పెద్ద బ్యాగు మోసుకుపోతున్నట్టు కన్పిస్తున్నారు చూశారా, అందులో ఇంకే మున్నట్టు? సరే, కాల్ లిస్టు తీయించండి, అప్పుడెవరొచ్చారో తెలుస్తుంది" అన్నాడు శ్రీరంగ్. "అయితే ఈ మెయిల్స్ పెట్టండి సర్" రిక్వెస్ట్ చేశాడు ముకుంద్.

రెండు రోజులయ్యాక కాల్‌లిస్టు చూస్తూ కూర్చున్నాడు ముకుంద్. దోషికి ఆ రోజు చివరిగా వచ్చిన కాల్‌నంబర్‌ని గుర్తించి, శ్రీరంగ్ చేత మళ్ళీ ఈ మెయిల్ పెట్టించాడు. సర్వీస్ ప్రొవైడర్ నుంచి ఆ నంబర్ వివరాలొచ్చాయి.

నికుంజ్ పొలారా, బోరివిలీ అడ్రసు.

• • •

"ఇప్పుడు కూడా ఈ మట్టి పనే చేయాలా, అంకుల్?"

"పని చేస్తేనేరా మంచి పేరు"

ఇద్దరూ మొక్కల్ని నాటుతున్నారు. డిసెంబర్ నెల సాయంకాలం ఆహ్లాదకరంగా ఉంది. ఫాం హౌజ్‌లో ఇంకా చాలా పని మిగిలింది- ఫంక్షన్‌కి ఫ్లవర్ డెకరేషన్ కూడా చేయాల్సి ఉంది. రిచ్ ఓనర్ వచ్చి చూసి ఇద్దర్నీ మెచ్చుకుని వెళ్ళాడు.

"అంకుల్, ఎంచక్కా నేను తాజ్ కెళ్ళి, బీరా బిర్యానీ లాగించి వస్తానేఁ ?"

"పది వేలు ఖర్చు పెట్టేస్తావా? వాళ్ళు రానిస్తార్రా నిన్నూ? డొంగ్రీ మొహం నువ్వూ! రేపు రాకు, ఊరెళ్తున్నా, వచ్చాక రా!"

చీకటి పడుతూండగా నీరసంగా బయల్దేరాడు నికుంజ్.

అర్ధరాత్రి ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్‌కి ఇన్ఫార్మర్ నుంచి కాల్ వస్తోంది... "వెంటనే బయల్దేరాడు సార్ ఇంటికొచ్చి, వాకింగ్ చేస్తున్నాడు. ఫాలో అవుతున్నా..."

"మిస్ కానివ్వకు- కాంటాక్ట్‌లో ఉండు"

బోరివిలీలో బస్సెక్కుతున్న నికుంజ్‌ని అమాంతం పట్టేసుకుంది పోలీసు టీమ్.

లాకప్‌లో రాత్రంతా లబోదిబోమన్నాడు నికుంజ్.

తెల్లారి ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్ ముందున్నాడు.

చేతిలోకి లాఠీ తీసుకుంటూ ముకుంద్, "ఏం చేశార్రా మీరు? ఎక్కడున్నాడ్రా ఆ ఇంకోడూ? చెప్తవా?..." అని ఒక్కటి పీకాడు.

• • •

"చెల్లని నోట్లతో నిద్రెక్కడ పడుతోందిరా బాబూ. ఏదో పదేళ్లుగా తెలిసినవాడివి కాబట్టి నీ హెల్ప్ తీసుకోవాలనుకున్నా. ఆ పాడు ఐదొందలూ, వెయ్యి నోట్లని గోల్డ్‌కాయిన్స్‌గా మార్చుకుంటే ఎలా ఉంటుందంటావ్?" దోషి అంటూంటే- "ఎన్నున్నాయేంటి?" అన్నాడు జయంతి.

"చెప్తే నమ్మవు, రెండు కోట్లు!"

"రెండు కోట్లే! బాప్రే, ఏంటి దోషి సాబ్, మీరు కూడా నల్లధనం ..."

"గోల్డ్ చేయాలి... చేస్తావా? షేర్ అడగవేఁ!"

దోషినే అలా చూస్తూండిపోయాడు జయంతి. భార్య వదిలేసి, కొడుకులు దూరమై, బ్లాక్ మనీ వేసుకుని ఒంటరిగా బతుకుతున్న ముసలి దోషి, పులి నోట్లో తలపెట్టిన మేక పిల్లలా కన్పిస్తున్నాడు.

దోషి భోజనాలు సిద్ధం చేస్తే అన్యమనస్కంగా తింటూ ఉండిపోయాడు జయంతి. కేబుల్ ఆపరేటర్ వస్తే రేపు రమ్మన్నాడు దోషి. భోజనాలు చేసి మళ్ళీ కూర్చున్నారు.

"ముందు కాయిన్స్ తీసుకొస్తే, మనీ చూపిస్తా..." అంటున్న దోషి మాటలు బోరు కొడుతున్నాయి జయంతికి. తళతళ మెరుస్తున్న కొత్త కత్తి అతడి చేతిలో ప్రత్యక్షమైంది. దోషి రియాక్ట్ అయ్యేలోపు గొంతుకి పెట్టి సర్రున లాగాడు. గొంతు తెగి చొక్కా అంతా ఎరుపై పోయింది.

ఎక్కడ్నించో సుత్తి పట్టుకొచ్చి తల మీద ఫటా ఫటా కొట్టసాగాడు నికుంజ్.

ఆ తర్వాత గదుల్లో వెదకడం మొదలెట్టారు. అట్టపెట్టెల్లో నోట్ల కట్టలు కన్పించాయి. బ్యాగు తీసుకుని అందులో కుక్కసాగారు.

• • •

'కబోర్డులో ఇంకా ఉంది కదా, చూసుకోలేదా?" అని లాఠీకి పని చెప్పాడు ముకుంద్.

"ఎక్కడ దాచార్రా డబ్బు? ఎక్కడున్నాడ్రా అంకుల్?"

దెబ్బలకి తాళలేక చెప్పేయసాగాడు నికుంజ్.

గుజరాత్ బయల్దేరాడు ఇన్‌స్పెక్టర్ ముకుంద్ టీముతో.

అక్కడ తలాలా అనే ఊళ్ళో గెస్ట్ హౌస్...

లోపలి కెళ్ళి పరిశీలనగా చూస్తూ నిలబడ్డాడు జయంతీ భాయ్‌ని.

"బయట సీసీ కెమెరాలున్నాయేమో చూడండి!" అన్నాడు.

"సూసైడ్‌లా ఉంది కదా సర్, అదిగో విషం సీసా..." కానిస్టేబుల్ చూపించాడు.

- సికిందర్





ట్రెండ్స్

నల్ల నల్లగా... కమ్మ కమ్మగా!

బ్లాక్ కాఫీ తెలుసు. మరి బ్లాక్ రైస్, బ్లాక్ పనీర్... ఎప్పుడైనా టేస్టు చూశారా? తాజాగా, ఈ బ్లాక్ ఫుడ్ సోషల్ మీడియాలో ట్రెండవుతోంది. ఆహార పదార్థాలన్నీ బొగ్గులా నల్లగా ఉండడమే దీని ప్రత్యేకత.

నల్లని కేక్, నల్లని బర్గర్, నల్లని నూడిల్స్, నల్లని రైస్... ఇప్పుడివే సోషల్ మీడియాలో ట్రెండవుతున్న ఫుడ్స్! ధోరణి పేరు 'గోత్ ఫుడ్ ట్రెండ్'. మొన్నటివరకు సోషల్ మీడియాలో చక్కర్లు కొట్టిన 'యూనికార్న్ ట్రెండ్'కు సరైన పోటీ ఇది. మధ్యలో ఈ యూనికార్న్ ట్రెండేంటీ? అనుకుంటున్నారా? ఇంకేంలేదండీ... అనేక రంగుల్లో కేకులు, బర్గర్లు, ఐస్‌క్రీములు తయారుచేసి అమ్మడమే. అవి రంగుల హరివిల్లులా ఉంటే... గోత్ ఫుడ్స్ మాత్రం బొగ్గు రంగులో ఉంటాయి. రంగేదైనా టేస్టులో మాత్రం తేడా రాదు. కొన్ని ఆహారపదార్థాలను నల్లని నువ్వులతో వండుతారు. ముదురు నలుపురంగు వచ్చేందుకు ప్రత్యేకపద్ధతిలో తయారు చేసిన బొగ్గుపొడిని కూడా కాస్త కలుపుతారు. కొబ్బరి చిప్పల్ని కాల్చి ఈ బొగ్గుపొడిని సేకరిస్తారు. 'బొగ్గుపొడి కలిపితే టేస్టు మారిపోదా?' అంటే, కచ్చితంగా మారదు. ఎందుకంటే బొగ్గుపొడికి ఎలాంటి ఫ్లేవర్ ఉండదు. కాబట్టి రుచి మీద కాస్త కూడా ప్రభావం చూపదు. కొన్ని రోజులుగా ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో గోత్ ఫుడ్ ఫొటోలు వెల్లువలా వచ్చి పడుతున్నాయి. విదేశాల్లోనూ బ్లాక్ ఫుడ్ సూపర్‌గా వైరల్ అవుతోంది. న్యూయార్క్, లండన్, తైవాన్, జకార్తా, ఎడిన్‌బర్గ్ రెస్టారెంట్లలో బ్లాక్ పాస్తా, బ్లాక్ హాట్ డాగ్, బ్లాక్ మాకరోన్స్ వండి వడ్డిస్తున్నారు. మనదేశం విషయానికి వస్తే ముంబైలోని 'టిక్కా' అనే రెస్టారెంట్‌లో బ్లాక్ ఫుడ్ మహా సందడి చేస్తోంది. ఇక్కడ చికెన్ టిక్కా, పనీర్ టిక్కాలను కూడా నల్లగా సర్వ్ చేస్తున్నారు. ఆ విందుకు వెళ్తున్నవారు కూడా... నల్ల డ్రస్సులోనే ముస్తాబు అవుతున్నారు. బ్లాక్ ఈజ్ బ్యూటిఫుల్ - నయా నినాదం!



కార్పొరేట్ వినోదం...

చేపల వేట!

ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో వీకెండ్‌కు ఎంతో ప్రాధాన్యం ఉంది. ఆ రెండు రోజులూ ఎలా గడిపితే బావుంటుందా అని మిగతా అయిదు రోజులూ ఆలోచిస్తారు ఉద్యోగులు. దెబ్బకి, పని ఒత్తిడంతా ఎగిరి పోవాలనుకుంటారు. అలా, కొంగొత్త లోకానికి తీసుకెళ్లేశక్తి 'ఫిషింగ్'కు ఉందని బలంగా నమ్ముతోంది యువతరం.



స్పోర్ట్స్ ఫిషింగ్... గేమ్ ఫిషింగ్... యాగ్లింగ్ ఎలా పిలిచినా - చేపలుపట్టడం అనేది ఇప్పుడో సరదా అలవాటు, వారాంతపు కాలక్షేపం. ట్రెక్కింగ్, వైల్డ్‌లైఫ్ సఫారీ... వగైరాల జాబితాలో ఎప్పుడో చేరిపోయింది. పెద్ద రాడ్, దానికి పొడవైన గాలం, గాలం చివర హుక్... ఆ హుక్‌కు ఓ ఎర... ఇదీ యాగ్లింగ్‌కు కావాల్సిన సరంజామా! ఇలా, కాలక్షేపం కోసం.... గాలం వేసి చేపలు పట్టేవారిని 'యాంగ్లర్స్' అంటారు. సరస్సు ఒడ్డున కూర్చొనో బోటులో మధ్య వరకూ వెళ్లో ఒడుపుగా గాలాలు వేస్తారు. దొరికిన చేపల్ని వండుకోవాలనేం లేదు... సరదాకే పడుతున్నారు కనుక... వాటిని తిరిగి సరస్సులోకే వదిలేస్తుంటారు చాలామంది. కష్టపడి పట్టుకున్నాం కదా అని, కాల్చుకుతినేవారూ లేకపోలేదు.

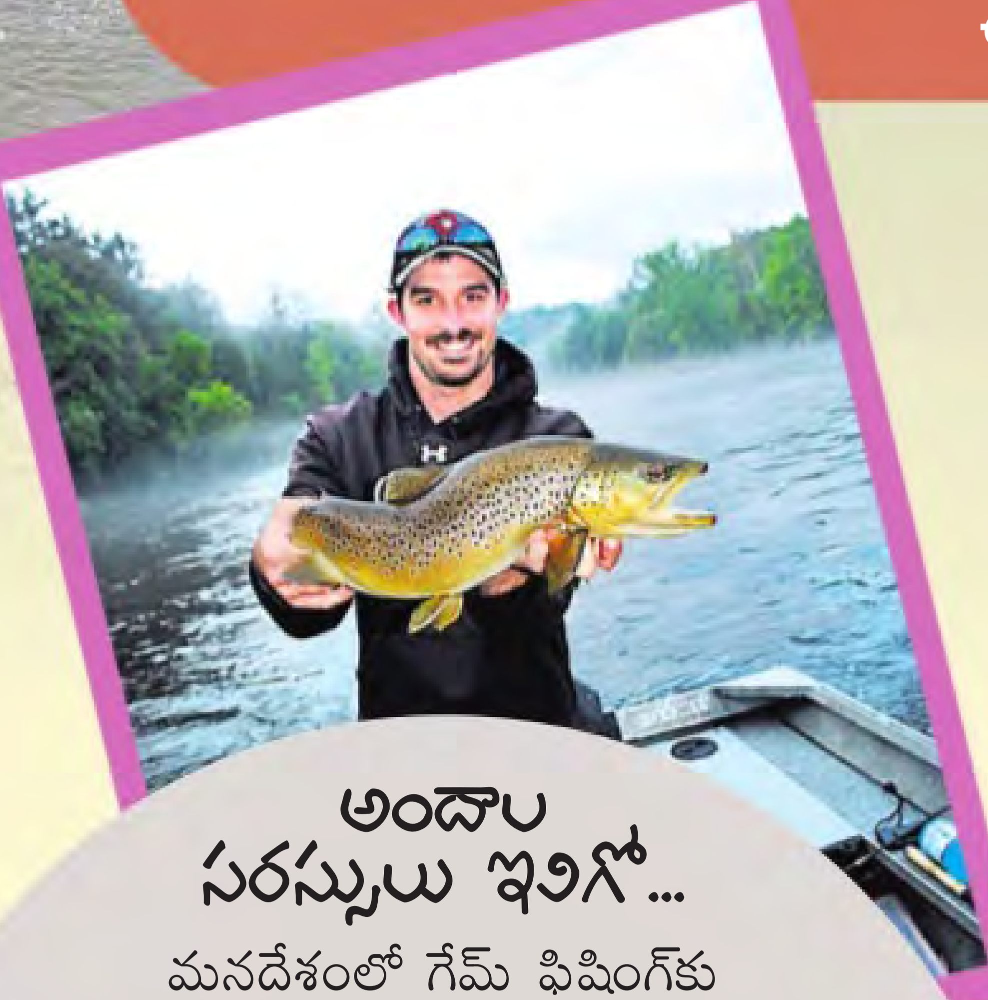
మంచి వ్యాపారం...

గేమ్ ఫిషింగ్ మంచి బిజినెస్ ఐడియాగానూ మారింది. ఫిషింగ్ క్యాంపులూ, ట్రిప్పులూ బాగా పెరిగాయి. ఆ ట్రిప్పులను ప్లాన్ చేయడానికి ప్రత్యేక సంస్థలూ వెలిశాయి. హాలీడే ప్యాకేజీలు పెడుతూ వేరే రాష్ట్రాల్లోని చేపల చెరువులకు తీసుకెళ్తున్నాయి. అందులో ఫ్యామిలీ ప్యాకేజీలు, సింగిల్ ప్యాకేజీలు.... ఇలా అనేక రకాలు! కోల్‌కతాకు చెందిన 'రోగ్ యాంగ్లర్స్' సంస్థ ఫిషింగ్ సరదా ఉన్న వారికి తరచూ ట్రిప్పులు ప్లాన్ చేస్తుంది. పెద్ద పెద్ద చెరువుల దగ్గరికి తీసుకెళుతుంది. దీన్ని స్థాపించిన చందన్ గుప్తాకు కూడా చేపలుపట్టడమంటే మహా ప్రాణం. విదేశీ పర్యాటకులకు కూడా ఈ సంస్థ ఫిషింగ్ ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. అమెరికా, జర్మనీ, దక్షిణాఫ్రికా, ఇటలీ, రష్యాల నుంచి వచ్చే పర్యాటకులు మనదేశంలో గేమ్ ఫిషింగ్‌కు ఆసక్తి చూపిస్తున్నట్టు చందన్ గుప్తా చెబుతున్నారు.

ఒక్కొక్కరికి పాతిక వేలు...

బెంగళూరులో ఉన్న 'పెలాగిక్ ట్రైబ్స్' సంస్థ కూడా ఇలాంటి సర్వీసునే అందిస్తోంది. ఆ సంస్థ సహ వ్యవస్థాపకుడైన డెరెక్ డిసౌజా మాటల్లో చెప్పాలంటే... 'ఒకటి రెండేళ్ల నుంచి గేమ్ ఫిషింగ్‌కు ఆదరణ పెరిగింది. మా లాంటి సంస్థలు ఆవిర్భవించాక మరింత మంది చేపల వల పడుతున్నారు'. గేమ్ ఫిషింగ్ కోసం ఈ సంస్థలు కర్ణాటక, ఉత్తరాఖండ్, అండమాన్, గోవాల్లోని సరస్సుల వద్దకు తీసుకెళతాయి. జలాశయాల చుట్టూ వాతావరణం ఆహ్లాదంగా ఉండేలా చూసుకుంటాయి. అంతేనా, ఒడ్డునే గుడారాలు వేస్తారు. కమ్మని భోజనాలు వండిస్తారు. క్యాంప్ ఫైర్ గట్రా ఏర్పాటు చేస్తారు. మూడు రోజుల ప్యాకేజీకి పెలాగిక్ ట్రైబ్స్ సంస్థ... ఒక్కో యాంగ్లర్ నుంచీ పాతికవేల వరకూ వసూలు చేస్తుంది. చేపలు పట్టడంలో నిపుణులైన వారిని గైడ్‌లుగా వెంట పంపుతుంది.

నాణ్యమైన ఫిషింగ్ కిట్ కొనడానికి ఎంత లేదన్నా లక్ష వరకూ ఖర్చవుతుంది. ప్రత్యేకవసతి, ఆహారం, ఇతరత్రా సౌకర్యాలు... ఇవన్నీ సమకూరిస్తే ఒక రాత్రికి ప్రతి యాంగ్లర్‌కూ పదివేల రూపాయల దాకా ఖర్చవుతుంది. అయినా ఎవరూ వెనుకాడడం లేదంటే... గేమ్ ఫిషింగ్‌కు ఎంత ఆదరణ ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. కాబట్టే, తమిళనాడు మత్స్యశాఖ చెట్‌పుట్ సరస్సును గేమ్ ఫిషింగ్‌కు అనువుగా అభివృద్ధి చేయబోతోంది. ఇందుకు 42 కోట్ల రూపాయలు ఖర్చుపెడుతోంది.
ఉత్తరాఖండ్‌లోని పంచేశ్వర్ ప్రాంతంలో ఉన్న మహాకాళి నదిలో ఏటా చేపలు పట్టే పోటీలు జరుగుతుంటాయి. హైదరాబాద్‌లో కూడా 'గ్రేట్ హైదరాబాద్ అడ్వెంచర్ క్లబ్' ఆధ్వర్యంలో గేమ్ ఫిషింగ్‌కు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. నర్సాపూర్ ఫారెస్టులోని చిన్న సరస్సులో, పోచారం సరస్సులో, నాగార్జున సాగర్ డ్యామ్ దగ్గర గేమ్ ఫిషింగ్ ట్రిప్పులు వేస్తుంటారు. నీటిలోని చేపను పట్టిన ప్రతిసారీ లక్ష్యాన్ని సాధించిన తృప్తి. ఒక విజయాన్ని సొంతం చేసుకున్న సంతృప్తి. 'గ్రేట్...సూపర్..' అంటూ ఆత్మీయులు ప్రశంసల్లో ముంచెత్తుతుంటే ఆనందమే ఆనందం! ఫుల్ రీఛార్జ్. ఆ ఎనర్జీతో సోమవారం దర్జాగా ఆఫీసుకు వెళ్లిపోవచ్చు! ❋



అందాల సరస్సులు ఇవిగో...

మనదేశంలో గేమ్ ఫిషింగ్‌కు అనుకూలంగా ఉండే సరస్సులుగా కొన్ని గుర్తింపు తెచ్చుకున్నాయి. ఉత్తరాఖండ్‌లో ఉండే కోసీ నది, మహాకాళీ నది, హిమాచల్‌ప్రదేశ్ లోని పబ్బర్ వ్యాలీ రీజియన్, అసోంలోని జియా బోరోలి నది, కర్ణాటకలోని కావేరీ నది, కేరళలోని ఎలిఫేంట్ సరస్సు, మున్నార్ లోని వివిధ వాగులు, మేఘాలయలోని రాణికోర్... ఇవన్నీ గేమ్ ఫిఫింగ్‌కు అనువైన నదులు. వీటిలో చేపలు పుష్కలంగా ఉండడంతో పాటూ, అనేక రకాల రంగులరంగుల, పెద్ద చేపలు జీవిస్తాయి. అంతేకాకుండా చుట్టు పక్కల వాతావరణం నయనమనోహరంగా ఉంటుంది.







ఆ ముసలమ్మ...
ముగురమ్మల రూపం

ఆలయాలలో కొలువుదీరిన దేవీ రూపాన్ని తలచుకొంటే తనువంతా పులకించిపోతుంది. పట్టువస్త్రాలు ధరించి, స్వర్ణాభరణాలను అలంకరించుకొని, రమణీయ పుష్పమాలలతో ముసాబై నేత్రపర్వంగా దర్శనమిస్తుంది. కానీ, ఆ క్షేత్రంలో మాత్రం... అమ్మవారు వృద్ధనారి!

అమ్మవారు సాధారణ నూలు చీర ధరించి, ముడతలు పడిన మోముతో, లోపలికి పోయిన బుగ్గలతో, నల్లచారల నేత్రాలతో, ఆసరాగా చేతికర్ర పట్టుకొని వయస్సు మళ్లినదానిలా కనిపించే అరుదైన క్షేత్రం ఒకటుంది. ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని గోరఖ్‌పూర్, మహరాజ్‌గంజ్ జిల్లాలలోని అటవీ ప్రాంతాల్లో నివసించే వంతంగియా, తోరా జాతివాళ్లు అత్యంత భక్తి శ్రద్ధలతో పూజించుకొనే 'బుడియామాయి' ఆలయం అది.

పురాణాలలోనూ ప్రస్తావించని అరుదైన రూపంలో ముగురమ్మల మూలపుటమ్మ కొలువుదీరడం వెనుక స్థానికంగా అనేకానేక గాథలు ఉన్నాయి. సుమారు ఆరు శతాబ్దాల క్రితం ఈ వృద్ధురాలు తొలిసారిగా ఓ తోరా జాతివాళ్ల వివాహ వేడుకలో కనిపించిందట. తన కోసం కొద్దిసేపు నాట్యం చేయమని కోరిందట. అమాయకత్వంతో ఆ గిరిజనులు ఆమెను అవహేళన చేశారట. ఒకడు మాత్రం... ఎంతో ప్రేమతో, మహాభక్తిగా తన గానంతో అలరించాడట. వివాహానంతరం బృందంలోని వారంతా... ఏరు దాటుతుండగా పడవ బోల్తాపడింది. అందరూ మరణించారు. ఆ అవ్వను పాటలతో మురిపించిన భక్తుడు తప్ప. దాంతో ఆ జాతివాళ్లు, ముసలమ్మను... కరుణిస్తే కాపాడే, కోపగిస్తే కాల్చేసే కాళికాదేవి అవతారమైన 'వనదుర్గాదేవి'గా గుర్తించారు, ఆరాధించసాగారు.

ఆలయ నిర్మాణం ఇలా...

ప్రస్తుత ఆలయాన్ని యాభయ్యేళ్ల కిందట 'వంతంగియా' కులపెద్ద జోకుసోకా నిర్మించాడు. ఈయన తన జీవితంలో రెండుసార్లు జగన్మాత కృపకు పాత్రుడయ్యాడు. ఒకరోజు దట్టమైన అటవీ మార్గంలో వస్తుండగా పెద్దపులి తరిమిందట. వెంట్రుకవాసి దూరమే తేడా. అతనికీ పులికీ మధ్యలో ఓ వృద్ధమూర్తి ప్రత్యక్షమయిందట. ఆమె తన చేతికర్రను అదిలించగానే పులి కాస్తా పిల్లిగా మారిందట, తోక ముడుచుకుని పారిపోయిందట. క్రూరమృగం బారి నుంచి కాపాడినందుకు కృతజ్ఞతగా... ఇంటికి తీసుకెళ్లి, అతిథి మర్యాదలు చేసి, ఆమెకు ఒక నేత చీర పెట్టాడట. అతని కుటుంబాన్ని ఆశీర్వదించి వెలుపలికొచ్చిన ఆ తల్లి... అంతా చూస్తుండగానే ఓ మదగజాన్ని అధిరోహించి అదృశ్యమైందట. అప్పుడే, ఆమె మరెవరో కాదు, తాను నిత్యం సేవించే దుర్గాదేవే అన్న సంగతి సోకాకు స్ఫురించిందట. నాటినుంచి మరింత భక్తితో ఆరాధించేవాడట. కొంతకాలానికి సోకా మరణించాడు. కుటుంబ సభ్యులు తమ ఆచారం ప్రకారం మృతదేహాన్ని నదీ ప్రవాహంలో విడిచిపెట్టారట. అలా నీటిలో తేలుతూ వస్తున్న సోకా భౌతికకాయాన్ని తోరాజాతి వారు చూశారు. ఎవరో కొట్టుకుపోతున్నారనే భావనతో ఒడ్డుకు చేర్చారు. వారి సపర్యలకు సోకా ప్రాణం లేచొచ్చింది. తిరిగి తన గ్రామానికి చేరుకున్న సోకా, తనను రెండు పర్యాయాలు మృత్యువు నుంచి కాపాడిన దేవదేవికి ఒక మందిరం నిర్మించాడట. నేటికీ అతని వారసులే ఆలయ పూజారులుగా వ్యవహరిస్తున్నారు.



పచ్చని ప్రకృతిలో...

ప్రశాంతమైన ప్రకృతి, ఆకాశాన్ని తాకే వృక్షాలు, నలుదిక్కులా పచ్చని వాతావరణం... బుడియామాయి ఆలయ పరిసరాల సౌంద ర్యాన్ని మాటల్లో వర్ణించలేం. ఇక్కడ బ్రహ్మ, విష్ణు, గణపతి, సూర్యనారాయణ మూర్తి విగ్ర హాలున్నాయి. ప్రధాన ఆలయంలో గజారూఢురాలైన బుడియామాయి... నూలు చీర ధరించి, ఎడమ చేతిలో దండంతో, కుడి చేతిలో అభయముద్రతో భక్తులను ఆశీర్వదిస్తుంది. దగ్గర నుంచి చూస్తే ముడతలు పడిన మోమూ, గుంట కళ్లూ, లోపలికిపోయిన చెక్కిళ్లూ స్పష్టంగా కనబడతాయి. పక్కనే దివ్యమంగళ రూపంతో శ్రీదుర్గాదేవి కొలువై ఉంటుంది. ఉదయం నుంచి సాయంత్రం దాకా... ఆలయం తెరిచే ఉంటుంది. వివాహం కానివారు, సంతానం లేనివారు, గ్రహబాధలతో ఇబ్బందిపడే వారు, అనారోగ్యంతో బాధపడేవారు .... అమ్మకు మొక్కుకొంటారు. తమ కోరికలు నెరవేరాక మరోసారి వచ్చి పసుపు, కుంకుమ, గాజులు, చీర సారె సమర్పించుకొంటారు. ఆలయం చుట్టుపక్కల వీటిని విక్రయించే దుకాణాలు చాలా ఉన్నాయి. పర్వదినాలలో భక్తుల తాకిడి అధికంగా ఉంటుంది. ఇక్కడే వంటలు చేసుకొని అమ్మకి నివేదన చేశాక బంధుమిత్రులతో కలిసి ప్రసాదం స్వీకరిస్తారు. దసరా నవరాత్రులప్పుడు ఘనంగా ఉత్సవాలు నిర్వహిస్తారు. ఈ అమ్మను నేపాల్ భక్తులు కూడా దర్శించుకుంటారు. సామాన్యులే కాదు... సినీతారలూ రాజకీయ నాయకులూ వచ్చి సేవించుకుంటారు. గోరఖ్‌పూర్‌కి పది కిలోమీటర్ల దూరంలో ఈ ఆలయం ఉంది. రైల్వేస్టేషన్, బస్టాండుల నుంచి ఆటోలు లభిస్తాయి.

- ఇలపావులూరి వెంకటేశ్వర్లు
90521 44448

'పది'కాలాలూ పచ్చగా!

మొక్కలు మనసుల్ని ప్రభావితం చేస్తాయి. ఒత్తిడిని ఓడిస్తాయి. ఆందోళనల్ని దూరం చేస్తాయి. చింతల్నీ చికాకుల్నీ హుష్‌కాకి... అనిపిస్తాయి. ఆ పచ్చదనం పని చేసే చోట ఉంటే - ఆఫీసే ఇల్లవుతుంది. ఇంట్లో ఉంటే - గృహమే స్వర్గంగా మారుతుంది. అమెరికా అంతరిక్ష పరిశోధన సంస్థ నాసా రెండేళ్లు పరీక్షలు చేసి... ఆఫీసుల్లో, ఇంట్లో పెంచుకునేందుకు అనువైన మొక్కల జాబితాను రూపొందించింది. ఆ పచ్చని పది...





పీస్ లిల్లీ

మనశ్శాంతికి చిరునామా ఈ లిల్లీ మొక్క. 'పీస్ లిల్లీ' గది లోపలి వాతావరణంలో ఆక్సిజన్ పరిమాణాన్ని 60 శాతం మేర పెంచుతుంది. అంతేకాదు, విష వాయువులనూ దుర్వాసననూ పీల్చేసి సువాసనను వెదజల్లుతుంది.



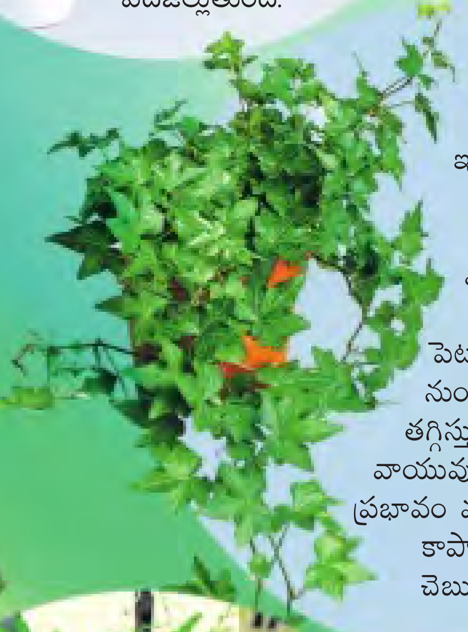
స్పైడర్ ప్లాంట్

చాలా తేలికగా పెరిగే ఈ మొక్క, గదిలోని విష వాయువులను తగ్గిస్తుంది. గాలిలోని దుమ్ము, ధూళి రేణువులను గ్రహిస్తుంది. డస్ట్ ఎలర్జీ ఉన్నవారు, ఈ మొక్కను టేబుల్ మీదో, మంచం పక్కనో పెట్టుకుంటే మంచి ఫలితాలు ఉంటాయంటారు.



చైనీస్ ఎవర్‌గ్రీన్

పచ్చని ఆకుల మధ్యలో తెల్లని పెయింటింగ్ వేసినట్టుగా ఉండే ఈ మొక్క ప్రతికూల వాతావరణంలోనూ తేలికగా పెరుగుతుంది. రకరకాల రసాయనాల నుంచి వచ్చే వేడి వాయువులను గ్రహిస్తుంది. కాలుష్యపు ఇబ్బందిని కూడా తగ్గిస్తుందీ ఎవర్‌గ్రీన్.



ఇంగ్లీష్ ఐవీస్

ఇళ్లనూ కార్యాలయాలనూ శుభ్రం చేస్తున్నప్పుడు వెలువడే ఘాటు వాయువులను గ్రహిస్తుందీ మొక్క. దీన్ని డెస్క్ దగ్గర పెట్టుకుంటే సాంకేతిక పరికరాల నుంచి వెలువడే రేడియేషన్‌ను తగ్గిస్తుందంటారు. హానికారక వాయువులను పీల్చుకుని, ఆ ప్రభావం మనపైన పడకుండా కాపాడుతుందనీ చెబుతారు.



కలబంద

చర్మ సౌందర్య చికిత్సలో ఇదో ముడిసరుకు. గాలిని శుభ్రపరచడంలోనూ ఉపయోగపడుతుంది. గాల్లోని ధూళి రేణువులను గ్రహించి, తేమను పెంచడంలో తోడ్పడుతుంది.



స్నేక్ ప్లాంట్

అంచుల్లో తెల్లగా... మధ్యలో ఆకుపచ్చగా... అక్కడక్కడా తెల్లని గీతలతో భలేగా ఆకట్టుకుంటాయీ మొక్కలు. పెరిగే కొద్దీ ఆకులు వంకర్లు తిరుగుతాయి. దీంతో 'పాము మొక్క' అనే పేరు వచ్చింది. పరిసరాల్లోని హానికరకమైన 'నైట్రోజన్ ఆక్సైడ్'ను మింగేస్తుందీ మొక్క.



ఫెర్న్

అడవిలో పెద్ద పెద్ద చెట్ల నీడలో పెరిగే ఈ మొక్కలు, తేమను అందిస్తాయి. వేసవి తాపాన్ని తగ్గించేందుకు బాగా ఉపయోగపడతాయి. అంతేకాకుండా పొడిబారిన చర్మంతో బాధపడేవారూ, వేడి వాతావరణాన్ని తట్టుకోలేని వారూ ఈ మొక్కల సమక్షంలో మంచి ఉపశమనం పొందుతారు.



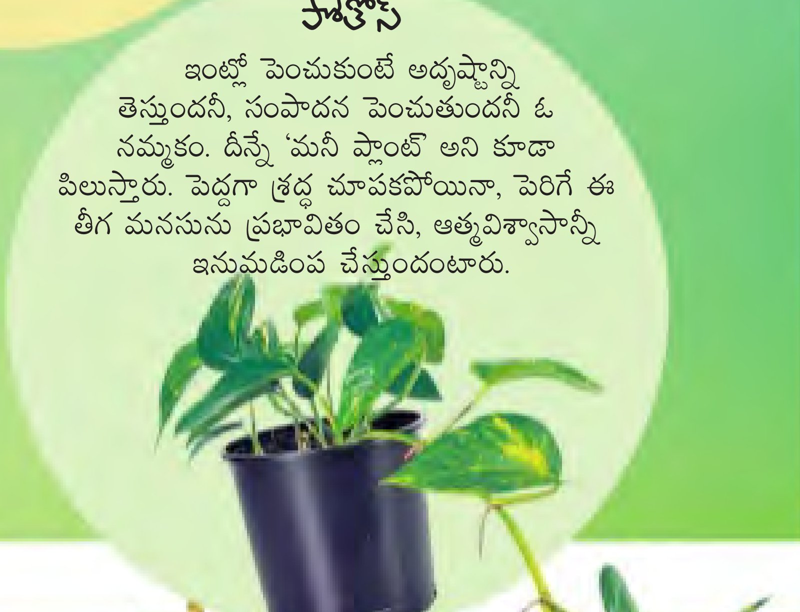
పామ్

ఈ మొక్క, వెలుతురు సరిగ్గా లేని చోట కూడా చక్కగా పెరుగుతుంది. ఆఫీసుల్లో అయితే రెండు విభాగాల మధ్యలో, ఇంట్లో అయితే డైనింగ్, సిట్టింగ్ ఏరియాల మధ్యలో పరదాలకు బదులుగా ఉపయోగించుకోవచ్చు.



వీపింగ్ ఫిగ్

దీన్ని తెలుగులో 'అత్తి చెట్టు' అని పిలుస్తారు. ఏపుగా పెరిగే ఈ వామనవృక్షం, ఆవరణలో చక్కగా ఒదిగిపోతుంది. గాలిలోని ధూళి రేణువుల్ని గ్రహిస్తుంది. కలుషిత వాయువులను నియంత్రిస్తుంది.



పోథోస్

ఇంట్లో పెంచుకుంటే అదృష్టాన్ని తెస్తుందనీ, సంపాదన పెంచుతుందనీ ఓ నమ్మకం. దీన్నే 'మనీ ప్లాంట్' అని కూడా పిలుస్తారు. పెద్దగా శ్రద్ధ చూపకపోయినా, పెరిగే ఈ తీగ మనసును ప్రభావితం చేసి, ఆత్మవిశ్వాసాన్నీ ఇనుమడింప చేస్తుందంటారు.

అదనంగా ఐదు



జేడ్ ప్లాంట్

గంగవాయల కూరలా ఉండే ఈ మొక్క కాండం చాలా దృఢం. లేలేతగా మెరిసే ఆకులు.... చూసేవారికి మంచి అనుభూతిని మిగులుస్తాయి. ఒత్తిడి నుంచి ఉపశమనమూ కలిగిస్తుందంటారు.

వాటర్ లెట్యూస్

ఇది నీట్లోనే పెరిగే మొక్క కాబట్టి, మట్టితో అవసరం ఉండదు. నీటి మీద తేలే ఆకుపచ్చని పువ్వులా, చూసేవారిని ఇట్టే ఆకట్టుకుంటుంది. మూడ్‌ను మార్చేందుకు చక్కగా ఉపయోగపడుతుంది.



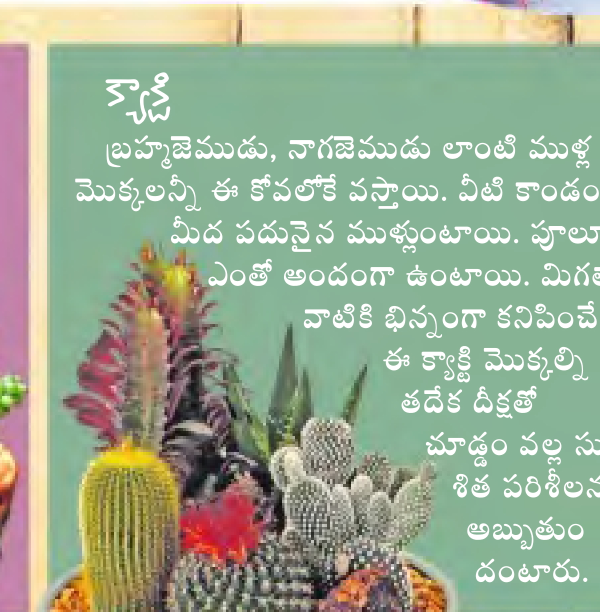
సక్యులెంట్స్

కలబందలా ఆకుల్లో రసం కలిగిన మొక్కలివి. వీటికి ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరం లేదు. వారానికోసారి నీళ్లు పోస్తే సరి. వీటితో పరిసరాలకు తెలియని కొత్తదనం వస్తుంది.



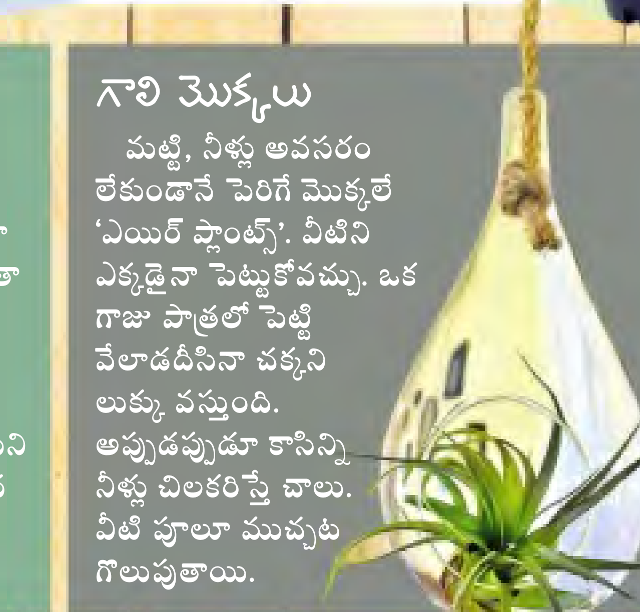
క్యాక్టి

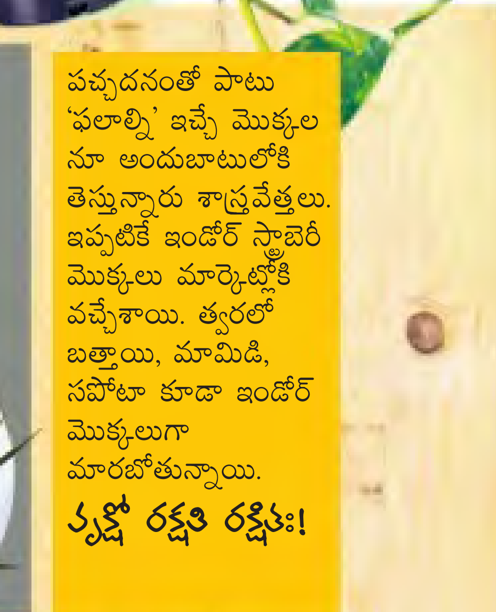
బ్రహ్మజెముడు, నాగజెముడు లాంటి ముళ్ల మొక్కలన్నీ ఈ కోవలోకే వస్తాయి. వీటి కాండం మీద పదునైన ముళ్లుంటాయి. పూలూ ఎంతో అందంగా ఉంటాయి. మిగతా వాటికి భిన్నంగా కనిపించే ఈ క్యాక్టి మొక్కల్ని తదేక దీక్షతో చూడ్డం వల్ల సునిశిత పరిశీలన అబ్బుతుందంటారు.



గాలి మొక్కలు

మట్టి, నీళ్లు అవసరం లేకుండానే పెరిగే మొక్కలే 'ఎయిర్ ప్లాంట్స్'. వీటిని ఎక్కడైనా పెట్టుకోవచ్చు. ఒక గాజు పాత్రలో పెట్టి వేలాడదీసినా చక్కని లుక్కు వస్తుంది. అప్పుడప్పుడూ కాసిన్ని నీళ్లు చిలకరిస్తే చాలు. వీటి పూలూ ముచ్చట గొలుపుతాయి.





పచ్చదనంతో పాటు 'ఫలాల్ని' ఇచ్చే మొక్కలనూ అందుబాటులోకి తెస్తున్నారు శాస్త్రవేత్తలు. ఇప్పటికే ఇండోర్ స్ట్రాబెరీ మొక్కలు మార్కెట్లోకి వచ్చేశాయి. త్వరలో బత్తాయి, మామిడి, సపోటా కూడా ఇండోర్ మొక్కలుగా మారబోతున్నాయి.

వృక్షో రక్షతి రక్షితః!

హరిద్వార్‌లో...
అన్నసత్రం!

హరిద్వార్‌కు వచ్చే తెలుగు భక్తులకు తెలుగింటి భోజనంతో స్వాగతం పలుకుతోంది 'నిత్యాన్నదాన సత్రం'. ఇప్పటి వరకూ లక్షల మంది ఆకలిని తీర్చిందా సత్రం.



అన్నం, పప్పు, వంకాయ కూర, ఆవకాయ, నెయ్యి, గోంగూర పచ్చడి, అప్పడం, పెరుగు... తెలుగు వారి భోజనమంటే పళ్లెం నిండిపోవాల్సిందే. తమవైన రుచుల వడ్డన లేకుండా, ఒక్క ముద్ద కూడా దిగదు తెలుగు ప్రజలకు. కానీ తీర్థయాత్రలకు వెళ్లినప్పుడు చాలా చోట్ల మన భోజనం దొరకదు. రోటీలతోనే సర్దుకుపోవాలి. ఉత్తరాఖండ్‌లోని ప్రఖ్యాత పుణ్యక్షేత్రం హరిద్వార్‌లోనూ అయిదేళ్ల క్రితం వరకు ఇదే పరిస్థితి. ఆ నారాయణుడిని చూసి తరిద్దామని వెళ్లిన తెలుగు భక్తులు, ఆత్మారాముడిని అర్ధాకలితో మాడ్చాల్సి వచ్చేది. వారి కష్టాలు తీర్చేందుకే విజయవాడకు చెందిన వాసుదేవ శర్మ కుటుంబం, ఐదేళ్లక్రితం అక్కడ ఉచిత అన్నదాన సత్రాన్ని ఏర్పాటుచేసింది. శ్రీ గౌతమి సేవా సమితి పేరుతో ట్రస్టును స్థాపించి అన్నయజ్ఞ కార్యక్రమం నిర్వహిస్తోంది.

తండ్రి మాటతో...

అన్నం పరమాత్మ స్వరూపమంటారు... ఆకలితో ఉన్న వారికి అన్నం పెడితే అనంతమైన పుణ్యఫలాలు లభిస్తాయన్న తండ్రి మాటనే వేదవాక్కుగా భావించారు వాసుదేవశర్మ. స్వలాభం చూసుకోకుండా తెలుగుసత్రాన్ని ఆరంభించారు. అందుకు తాము ప్రత్యక్షంగా అనుభవించిన బాధే కారణమంటారాయన. 2011లో విజయవాడ నుంచి కుటుంబంతో హరిద్వార్ తీర్థయాత్రకు వెళ్లారు. అక్కడ ఏ హోటల్‌లోనూ అన్నం పప్పు దొరకలేదు. పూరీలు, చపాతీలతోనే మూడు రోజులు కాలం గడిపారు. అలవాటు లేని భోజనం కావడంతో నాలుగోరోజే ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తాయి. విజయవాడకు తిరిగి వచ్చాక కుటుంబ సభ్యులంతా కూర్చుని మాట్లాడుకున్నారు. కాశీ, ప్రయాగలలో తెలుగు వారి కోసం సత్రాలున్నాయి. హరిద్వార్‌లో కూడా అలాంటిదొకటి ఉంటే బాగుంటుందని భావించారు. సత్రం ఏర్పాటు చేయమని కోరుతూ టీటీడీ సహా... పలు దేవస్థానాలను సంప్రదించారు. సమాధానం ప్రతికూలంగానే వచ్చింది.

వాసుదేవశర్మ బాబాయ్ వాసుదేవశాస్త్రి కాశీలో 20 ఏళ్లుగా పౌరోహిత్యం చేస్తున్నారు. ఎవరో ఎందుకు మన కుటుంబమే సత్రాన్ని ఆరంభిస్తే బాగుంటుందని ఆయన సలహా ఇచ్చారు. దానికి వాసుదేవశర్మ తండ్రి నరసింహ శర్మ కూడా ఆమోదించారు. అన్నదానం మహాదానమని... ఆ అవకాశాన్ని వదులుకోవద్దని చెప్పారు. అలాగని వారి కుటుంబం ఆర్థికంగా ఉన్నతమైనదేమీ కాదు. సాధారణ మధ్యతరగతే. వాసుదేవశర్మ పౌరోహిత్యం చేస్తూ కుటుంబాన్ని పోషించుకుంటున్నారు. చివరికి హరిద్వార్‌లో ఎలాగైనా తామే సత్రం ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించుకున్నారు. ఆ పనుల కోసం, ఒక స్నేహితుడిని వెంట పెట్టుకుని హరిద్వార్ వెళ్లారు. ముందుగా ఓ ఇల్లు అద్దెకు తీసుకోవాలనుకున్నారు. గుళ్లూగోపురాలు తిరిగి తమ ఆలోచనలు పంచుకున్నారు.. ఓ గుళ్లోని ఆలయఅధికారులూ పురోహితులూ సాయం అందించారు. సత్రానికి తక్కువ అద్దెతో ఓ చిన్న ఇంటిని చూపించారు. అలా తెలుగు సత్రం వెలిసింది.

ఉచిత భోజనం..

తాము దాచుకున్న రెండుముడూ లక్షల రూపాయలను ఖర్చుపెట్టి సత్రానికి కావాల్సినవన్నీ కొన్నారు వాసుదేవ శర్మ. తిరిగి విజయవాడ వచ్చి కుటుంబం మొత్తాన్ని తీసుకెళ్లిపోయారు. వాసుదేవశర్మ అత్తగారు శోభాలక్ష్మి తాను దాచుకున్న డబ్బంతా సత్రం కోసమే ఇచ్చేశారు. ఆమెనే స్వయంగా వండి వడ్డించేవారు. రెండేళ్ల పాటూ అతికష్టమ్మీద సొంతడబ్బులతోనే నడిపించారు. హరిద్వార్ వచ్చిన తెలుగు భక్తులు కొందరు కొంత డబ్బు సేకరించి ఇవ్వడం మొదలుపెట్టారు. ఇప్పుడు విరాళాలు పెరగడంతో ఎలాంటి ఆటంకం లేకుండా అన్నదాన మహాక్రతువు కొనసాగుతోందని చెబుతున్నారు వాసుదేవశర్మ. విరాళాలు వచ్చినా, రాకపోయినా...తమ సొంత డబ్బులతోనే భోజనాలు చేయిస్తామని చెప్పారు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అన్నదానం ఆగకూడదనే ఉద్దేశంతో చిన్న రుద్రాక్ష దుకాణాన్ని నిర్వహిస్తున్నట్టు చెప్పారు. అర్ధరాత్రి వచ్చినా సరే, ఆకలితో ఎవరినీ వెనక్కి పంపమనీ... అప్పటికప్పుడు ఏదో ఒకటి వండి పెడతామనీ తెలిపారు. కావాలనుకుంటే వచ్చిన భక్తులే స్వయంగా వండుకోవచ్చనీ, స్వయంపాకానికి కూడా ఏర్పాటు చేసిస్తామనీ చెప్పారు.

కుంభమేళా లాంటి ప్రత్యేక సందర్భాల్లో అయితే భక్తులు వెల్లువెత్తుతారు. అలాంటి పరిస్థితుల్లోనూ, ఓపిగ్గా వండి వారుస్తుందా కుటుంబం.

ప్రస్తుతం ఏటా నలభై వేల మంది దాకా తెలుగువాళ్లు సత్రంలో భోజనాలు చేస్తున్నట్టు అంచనా. ఇప్పటిదాకా సత్రం అద్దె ఇంటిలోనే కొనసాగుతోంది. రెండు మూడేళ్లలో ఓ సొంత ఆశ్రమాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని భావిస్తున్నారు నిర్వాహకులు. గరుత్మంతుడు తన తల్లి కోరిక మేరకు... అమృతభాండాన్ని ఆకాశ మార్గంలోంచి తీసుకెళ్తుండగా నాలుగు అమృత బిందువులు... నాలుగు ప్రాంతాల్లో పడ్డాయి. అందులో హరిద్వార్ ఒకటని పురాణ కథనం. ఆ చుక్కలోంచి కాస్త... అన్నదానసత్రం ఉన్నచోటా పడిందేమో. సత్రం భోజనం మహా రుచిగా ఉంటుంది! ✻



హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో
'అలర్జిక్ రైనైటిస్' సమస్యకు సరైన పరిష్కారం



డా. శ్రీకాంత్ మోర్లావర్
CMD
హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్

చల్లని వాతావరణం ఏర్పడితే చాలామంది శ్వాసకోశ సమస్యలతో బాధపడుతుంటారు. అలాంటి వాటిలో ఎక్కువ మందిని వేధించే వ్యాధి 'అలర్జిక్ రైనైటిస్'.

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా దాదాపు 10 నుండి 30 శాతం వరకు ప్రజలు ఈ సమస్యతో బాధపడటం జరుగుతోంది. ఆహారపు అలవాట్లలో - జీవన విధానాలలో మార్పులు చేసుకోవడం మరియు శీతల పానీయాలను సేవించకపోవడం వంటి జాగ్రత్తలు తీసుకున్నప్పటికీ దీని బారిన పడి తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురికావడం వలన, వారి రోజువారీ దినచర్యల పరంగా కూడా ఆటంకాలను ఎదుర్కోవడం జరుగుతుంది.

సాధారణంగా మానవ శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థ యొక్క అసందర్భ ప్రతిచర్యను 'అలర్జీ' అంటారు. అంటే ఏదైనా ఒక పదార్థానికి - శరీరం సాధారణ స్థితి కంటే ఎక్కువగా ప్రతిక్రియను చూపడం. ఆ పదార్థాన్ని 'అలర్జెన్' అని - అలాంటి ప్రతిచర్యను 'అలర్జిక్ రియాక్షన్' అని అంటారు.



అలర్జిక్ రైనైటిస్ అనగా: అలర్జెన్‌లు శ్వాస ద్వారా శరీరంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థ సాధారణ స్థితికి మించి ఎక్కువగా ప్రతిక్రియ జరపడం వలన ముక్కులోని శ్లేష్మపు పొర శోథమునకు గురికావడాన్ని 'అలర్జిక్ రైనైటిస్' అంటారు. **అలర్జిక్ రైనైటిస్ 2 రకాలు.** (1) సీజనల్ అలర్జిక్ రైనైటిస్ : కేవలం ఒక ప్రత్యేకమైన కాలంలో మాత్రమే అలర్జీకి గురి కావడాన్ని సీజనల్ అలర్జిక్ రైనైటిస్ అని అంటారు. సహజంగా ఈ సమస్య పుప్పొడి రేణువుల వలన ఎక్కువగా కలుగుతుంది. (2) పెరీనియల్ అలర్జిక్ రైనైటిస్: సంవత్సరం పొడవునా ఏ కాలంలోనైనా 'అలర్జిక్ రైనైటిస్' సమస్యకు గురైన పరిస్థితిని - పెరీనియల్ అలర్జిక్ రైనైటిస్ అంటారు. దుమ్మూ-ధూళి, జంతుకేశాల వంటి అలర్జెన్‌లకు శరీరం సున్నితత్వంగా ఉండడం వలన ఈ సమస్య ఏర్పడుతుంది.

కారణాలు: అలర్జెన్ శరీరంలోకి ప్రవేశించినప్పుడు దాని నుండి రక్షణ కల్పించడానికి, శరీరం 'హిస్టమిన్' అనే రసాయనాన్ని విడుదల చేస్తుంది. దాని వలన అలెర్జిక్ సమస్య ఏర్పడి తద్వారా రైనైటిస్ లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. • పూలమొక్కల నుండి వెలువడే పుప్పొడి రేణువులు, దుమ్మూ-ధూళి, బూజు, జంతుకేశాలు, వాతావరణ కాలుష్యం, వాతావరణ మార్పులు, చల్లని గాలి, పరిమళ ద్రవ్యాలు (Perfumes), వృత్తిరీత్యా కొన్ని (పొగలకు గురి కావడం) కాలుష్యాలు, పొగ త్రాగటం మరియు కుటుంబ చరిత్ర వంటి అంశాలన్నీ ఈ 'అలర్జిక్ రైనైటిస్' సమస్యకు గల కారణాలుగా చెప్పవచ్చు.

లక్షణాలు: అధిక సంఖ్యలో తుమ్ములు, ముక్కు కారడం లేదా ముక్కు దిబ్బడ, ముక్కు మరియు కళ్ళు దురదగా ఉండటం, కళ్ళ వెంబడి నీళ్ళు కారడం, దగ్గు, గొంతులో దురదగా ఉండటం, కళ్ళచుట్టూ నల్లని వలయాలు ఏర్పడటం, తరచూ తలనొప్పి, ముఖం వాపుగా ఉండటం, నీరసం, ఒళ్ళు నొప్పులు మరియు మగతగా ఉండటం • చర్మం ఎక్కువగా పొడిబారటం, దురదగా ఉండటం మరియు చర్మంపై బొబ్బలు ఏర్పడటం వంటి 'ఎగ్జిమా' లక్షణాలను కూడా గమనించవచ్చు.

దుష్ఫలితాలు: చిన్న పిల్లలు దీర్ఘకాలికంగా ఈ వ్యాధికి గురి కాబడిన పరిస్థితి - ఆస్థమా మరియు సైనసైటిస్, చెవిలో ఇన్‌ఫెక్షన్‌లు (Otitis Media), నిద్రలేమి, దంత సమస్యలకు దారి తీయవచ్చు. **వ్యాధి నిర్ధారణ పరీక్షలు:** చాలా వరకు రోగి యొక్క లక్షణాలను బట్టి 'అలర్జిక్ రైనైటిస్'ను నిర్ధారించవచ్చు. • సి.బి.పి., ఇ.ఎస్.ఆర్., అబ్‌సెల్యూట్ ఇసినోఫిల్ కౌంట్ వంటి పరీక్షలు మరియు • Radio Allergo Sorbent Test (RAST) అనే పరీక్ష ద్వారా మన శరీరంలో ఒక అలర్జెన్‌కు ఎంత మేరకు IgE antibodies ఉన్నాయో తెలుసుకోవడం ద్వారా కూడా ఈ వ్యాధిని నిర్ధారించవచ్చును. **తీసుకోవలసిన జాగ్రత్తలు:** పుప్పొడి రేణువులు అధికంగా ఉండే కాలంలో బయటకు వెళ్ళకపోవడం • ఉదయాన్నే ఆరు బయట వ్యాయామాలు చేయకపోవడం • బయటకు వెళ్ళివచ్చిన వెంటనే స్నానం చేయడం • 'ముక్కు'కు-'నోటి'కి మాస్క్ ధరించటం • శీతల పానీయాలు, ఐస్‌క్రీమ్‌లు తీసుకోకపోవడం • 'దుమ్మూ-ధూళి'కి మరియు పెంపుడు జంతువులకు దూరంగా ఉండటం వంటి జాగ్రత్తల ద్వారా కొంతవరకు ఈ వ్యాధిని నియంత్రించుకోవచ్చు.

హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్ చికిత్స: హోమియోకేర్ ఇంటర్‌నేషనల్‌లో అందించబడే అధునాతనమైన జెనెటిక్ కాన్‌స్టిట్యూషనల్ హోమియో చికిత్సా విధానం ద్వారా, ఎలాంటి శ్వాసకోశ సమస్యలనైనా సంపూర్ణంగా నయం చేయవచ్చు. రోగి యొక్క మానసిక మరియు శారీరక తత్వాలను పరిగణనలోకి తీసుకుని, అందించబడే చికిత్స ద్వారా రోగనిరోధక వ్యవస్థలోని అసమతుల్యతలను సరిచేయడం ద్వారా పైన తెలిపిన అలర్జీని కలిగించే పరిస్థితులు ఎదురైనా - మళ్ళీ ఈ 'అలర్జిక్ రైనైటిస్' సమస్య తిరగబెట్టకుండా సంపూర్ణంగా నయం కాబడుతుంది.



హోమియోకేర్® ఇంటర్‌నేషనల్
వరల్డ్-క్లాస్ హోమియోపతి

టోల్ ఫ్రీ 1800 108 1212
కన్సల్టేషన్ ఉచితం 955 000 1199
www.homeocare.in

ఈ వారం కథ

ప్రవాసం

రిషి శ్రీనివాస్ 

'ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ బెంగాలీ నేర్చుకోను' అనుకున్నాను నాలో నేను.

నిజానికి బెంగాలీ నేర్చుకోమని అశుతోష్ నన్నేమీ అడగలేదు. ఒకవేళ తనే స్వయంగా అడిగి ఉంటే మా పెళ్లైన తరువాత ఈ రెండేళ్ళలో నన్ను కోరిన మొదటి కోరిక కనుక సరే అనేదాన్నేమో!

అవునూ... మొదటి కోరిక ఎలా అయ్యిందీ! రెండోది కదూ!

'చటర్జీ' అన్న తన పేరు నాపేరు చివర తగిలించుకోమని అడిగాడుగా ... అది మొదటి కోరిక కదా!

అడిగాడా? ఎక్కడడిగాడు? 'తగిలించుకో..' అని ఆర్డర్ వేశాడు. కనుక అది కోరిక కాదు. ఆజ్ఞ!

త్రేతాయుగం స్త్రీ రెండు వరాలు పొందవచ్చును. కలియుగపు స్త్రీ రెండు వరాలు తీర్చనవచ్చును.

'భాగీరథి రెడ్డి' కాస్తా 'భాగీరథి చటర్జీ'గా మారిపోతే ఎలా? మన ఫేస్‌బుక్ ప్రొఫైల్‌కి ఎవడిదో డిస్‌ప్లే పిక్ పెట్టినట్లుండదూ!

చేపల పులుసు చేశాను ... వాళ్ళ బెంగాలీ స్టయిల్లో చెయ్యమంటాడు.

"ఎందుకు చెయ్యను ... అత్తయ్య గారికి ఫోన్ చేసి ఇవ్వు. ఎలా చెయ్యాలో అడుగుతాను. అత్తయ్యగారే నాతో మాట్లాడకపోతే బెంగాలీ చేపల పులుసు నాకెవరు నేర్పుతారు?" అని అడుగుతాను.

"మన పెళ్ళిని వాళ్ళింకా ఒప్పుకోవడం లేదు" అని ఇంగ్లీష్‌లో దీనంగా చెప్తాడు.

అవును మరి, ఇంటర్ క్యాస్టే ఒప్పుకోరు. మాది ఇంటర్ స్టేట్ కూడా. బెంగాలీ బ్రాహ్మర్లబ్బాయి, బొబ్బర్లంక రెడ్ల అమ్మాయి. టూమెనీ క్వారల్స్ అండ్ కాంప్లికేషన్స్.

"గూగుల్ ఇట్" అన్నాడు.

యూట్యూబ్‌లో చూసి మర్నాడు చేపల పులుసు చేస్తే అది నీరు పట్టేసి వికారంగా తయారయ్యేసరికి మళ్ళీ బెంగాలీ వంటల జోలికి వెళ్ళొద్దని వార్నింగ్ ఇచ్చి కారెక్కి ఆఫీసు కెళ్ళిపోయాడు.

అలా నా ప్రేమ 'నీరు'గారిపోయింది.

పొద్దున్న వంటయ్యాక అమ్మ ఫోన్ చేస్తుంది. అల్లుడు ఎలా ఉన్నాడని అడుగుతుంది అన్యమనస్కంగా. నాన్నగారు ఇంట్లో ఉన్నా పొలానికెళ్ళారంటుంది. ఆరోగ్యం బాగోలేకపోయినా బాగున్నాం అంటుంది. నేను చేసిన పనివల్ల చెల్లికి మంచి సంబంధాలు రావేమోనని బెంగపడుతున్నానంటుంది. ఫోన్ పెట్టబోయేముందు 'బెంగాలీ నేర్చుకుంటున్నావా?' అని అడిగి మరీ పెట్టేస్తుంది.

నేర్చుకోవాలా? నేను నేర్చుకోను. అలా అని బెంగాలీ అంటే ఇష్టం లేదని కాదు. తెలుగంటే ఇష్టమని. తెలుగువారి అస్తిత్వాన్ని కాపాడదామని. ఇంతటి గురుతర బాధ్యత నాకెందుకనా?

చెబుతా ...

నేను చిన్నప్పటి నుంచి ఇంటర్నేషనల్, ఇంటర్ స్టేట్, ఇంటర్ రిలీజియస్ మేరేజెస్ చేసుకున్న తెలుగువాళ్ళ గురించి విన్నాను. కొందర్ని స్వయంగా చూశాను కూడా. ఈ సదరు ఇంటర్ లేంగ్వేజ్ మేరేజెస్ చేసుకున్న తెలుగువాళ్ళు చచ్చినట్లు తమ జీవితభాగస్వాముల భాష నేర్చుకుంటారు తప్ప వారి మెరుగైన సగాలు (బెటర్ హాఫ్స్ తర్జుమా!) చస్తే తెలుగు నేర్చుకోరని నా నిశ్చితాభిప్రాయం.

చాలా శాతం కేసుల్లో తెలుగు సగాలకి

ఆల్రెడీ అవతలవాళ్ళ భాష వచ్చేసుంటుంది. ఇహనేం ఆ మిగతా సగం మన భాష నేర్చుకుంటుందా? అందుకే అశుతోషే తెలుగు నేర్చుకుంటే కున్నాడు. లేదంటే లేదు. ఇంగ్లీష్ అక్కరకొస్తుంది. నేను మాత్రం బెంగాలీ నేర్చుకునే సమస్యలేదు. తెలుగుతోడు వెతుక్కున్న బెంగాలీ నైటింగేలే తెలుగులో కూత పెట్టలేదు. ఇంక నేనెంత!?

కాలింగ్ బెల్ మోగింది. అమెజాన్ కొరియర్. పక్కఫ్లాట్‌కి తాళంవేసి ఉండడంతో ఆ కొరియర్ని నన్ను తీసుకోవల్సిందిగా హైదరాబాదీ ఉర్దూ కలిసిన హిందీలో చెప్పాడు కొరియర్ బాయ్. నేను చేతులు చాపకపోవడంతో వాడి చెవికీ భుజానికీ మధ్యనున్న సెల్ ఫోన్ నాకు ఇచ్చి మాట్లాడమన్నాడు.

ఫోన్లో పక్క ఫ్లాట్లో ఉండే అతననుకుంటా. 'ఆఫీస్‌లో ఉన్నాను. దయచేసి కొరియర్ తీసుకోండి. సాయంత్రం వచ్చి మీ దగ్గర నుంచి తీసుకుంటాన'ని అభ్యర్థించాడు.

ఇంగ్లీష్‌లోనే మాట్లాడాడంటే తెలుగువాడేనేమో ... ఏమో!

సాయంత్రం వచ్చాడు, అశుతోష్ రాకముందే. అనిర్బాన్ అట పేరు. పూర్తిపేరు అనిర్బాన్ రే! సత్యజిత్ రేలా లేదూ? బెంగాలీనా?

జుట్టుకి నూనె పెట్టి దువ్విన తీరు, ముఖంలో సౌమ్యత, సున్నితత్వం. చూడబోతే బెంగాలీ అన్నది స్పష్టం.

హైటెక్ సిటీలో ఏదో కంపెనీలో పనిచేస్తున్నాడట.

కొరియర్ తీసుకున్నందుకు థ్యాంక్స్ చెప్పి షేక్‌హ్యాండ్ ఇచ్చాడు.

అశుతోష్ వచ్చి స్నానాలయ్యాక, భోజనాలప్పుడు అనిర్బాన్ గురించి చెప్పాను.

"మీ వాడేనట"

ఎర్రగా చూశాడు.

"లిఫ్ట్‌లో చూసాను. వాడు మావాడు కాడు. బంగ్లాదేశ్ వాడు" అన్నాడు.

ఈస్ట్ బెంగాల్ విడిపోయి పాకిస్తాన్లో కలిసిపోయినప్పుడు .. అప్పుడురాని కుటుంబాలన్నీ దెబ్బె ఒకటిలో బంగ్లాదేశ్ ఏర్పడ్డాక వెస్ట్ బెంగాల్‌కి వలస వచ్చాయని ఆగి ఆగి చెప్పాడు ముద్దముద్ద తినే విరామంలో.

అలా వలసవచ్చిన కుటుంబాలకి ఇండియాలో స్థిరనివాసం ఏర్పాటు చెయ్యడానికి భారత ప్రభుత్వం అశుతోష్ లాంటి జమిందారీ (ఒకప్పుడు) కుటుంబాల ఆస్తులు స్వాధీనపరచుకుందని చెప్పాడు చేతులు కడుక్కుని.

ఒహో ... అదా కడుపుమంట!

"కీ ...?"

"అదే ... కారం తిని కడుపు మండినట్లుంది. రసగుల్లా తింటావా?"

"హ్యా ..."

"మ్యాంచిస్టర్ చూస్తావా?" అడిగాడు.

"మెగాస్టార్ని చూస్తా" చెప్పాను.

'కోరి కోరి కాలుతోంది ఈడు ఎందుకో..' అంటున్నాడు రౌడీఅల్లుడు.

పాట మొదలైన పదిసెకెన్లకే బెడ్రూంలోకి వెళ్ళిపోయిన మాకు ఆ తర్వాతి పాట వినబడలేదు.

కాలం స్తంభించి ... మళ్లీ కదలడం మొదలెట్టింది.

కోల్డ్ కాఫీ కబుర్లు మొదలెట్టాడు.

"వాడితో మాట్లాడకు" అన్నాడు నా వేళ్ళు నిమురుతూ.

"ఎవరితో".

"అదే ఆ ఈస్ట్ ఫెలో తో".

"అతను ఈస్ట్ బెంగాలీ అని నీకెలా తెలుసు?"

"బెంగాలీ మాట్లాడే యాస బట్టి తెలిసిపోతుంది".

"వాళ్ళ యాసకి ప్రత్యేకమైన లిపి, ప్రత్యేకమైన భాష అనే గుర్తింపులేవా?" అడిగాను తన కనుబొమ్మలు నిమురుతూ.

'యాసకి భాషగా గుర్తింపేమిటీ?' అన్నట్లు చూశాడు.

దబాయించి పోరాడ్డం చేతకాదు. ప్చ్ ...

రోజూలాగానే పది గంటలకి ఫోన్ వచ్చింది ... అశుతోష్ వాళ్ల అమ్మ. అదే, మా

> చాలా శాతం కేసుల్లో తెలుగు సగాలకి ఆల్రెడీ అవతలవాళ్ళ భాష వచ్చేసుంటుంది. ఇహనేం ఆ మిగతా సగం మన భాష నేర్చుకుంటుందా? అందుకే అశుతోషే తెలుగు నేర్చుకుంటే కున్నాడు. లేదంటే లేదు. ఇంగ్లీష్ అక్కరకొస్తుంది. నేను మాత్రం బెంగాలీ నేర్చుకునే సమస్యలేదు. తెలుగుతోడు వెతుక్కున్న బెంగాలీ నైటింగేలే తెలుగులో కూత పెట్టలేదు. ఇంక నేనెంత!?

అత్తయ్యగారు. రోజూ రాత్రి భోజనాలయ్యాక కొడుక్కి ఫోన్ చేస్తుంది. కనీసం తల్లితో ముప్పావుగంట మాట్లాడతాడు.

"ఎవరు?" అడుగుతాను తెలిసినా.

"తొమర్ ససురి" అంటాడు.

అంటే మీ అత్తయ్యగారు అని. నాకొచ్చిన ఏకైక బెంగాలీ పదం.

"నాతోమాట్లాడరా" అడుగుతాను.

పెదవి విరుస్తాడు.

రోజూ తను మాట్లాడతాడు. రోజూ నేను అడుగుతాను. మన పెళ్ళిని ఒప్పుకున్నారా అని. అదే జవాబు.

ఒక్కరోజు కూడా మీ అమ్మానాన్నా ఒప్పుకున్నారా అని అడగడు. అయినా ఆడపిల్ల తల్లిదండ్రుల ఒప్పుదల ఎవడిక్కావాలి?

తెల్లవారిపోయింది.

• • •

ఆరోజు సాయంత్రం ఆఫీస్నుంచి ఎంగిలి టప్పర్ వేర్‌తో పాటు ఒక వార్తను కూడా మోసుకొచ్చాడు అశుతోష్.

అమెరికా వెళ్తున్నానని!

మూడునెల్లకే. బిజినెస్ వీసా. షార్ట్ ట్రిప్. ఎల్లుండే బయలుదేరాలి. నన్ను మా ఊరెళ్ళి పొమ్మంటాడు.

"మా ఇంట్లో మాత్రం ... నన్ను రానిస్తారనుకున్నావా?"

'ఏం రోగం?' అన్నట్లు చూసి డెబిట్ కార్డ్ చేతిలో పెట్టాడు.

"ఒన్ లాక్ ఉంది. సరిపోతుందనుకుంటున్నా" అనడంలోనే 'సరిపెట్టుకో' అన్నభావం ఉంది.

రెండురోజుల్లో శంషాబాద్ విమానాశ్రయంలో ఫ్లయిట్ ఎక్కి ఎగిరిపోయాడు.

• • •

ఓరోజు అనిర్బాన్ తలుపు కొట్టాడు.

"మొన్న తీసుకున్న అమెజాన్ కొరియర్ రిటర్న్ ఇచ్చేస్తున్నా. బాయ్ తీసుకోడానికి వస్తే ఇచ్చేయండి ప్లీజ్. నేను ఆఫీస్‌కి వెళ్తున్నా" చెప్పాడు.

"మీరేం అనుకోకపోతే ఇందులో ఏముందో తెలుసుకోవచ్చా?" అడిగాను.

" హేరాం సినిమా" చెప్పడానికి మొహమాటపడ్డాడు.

హిందీ 'హేరాం' అనుకుని ఆర్డర్చేస్తే తమిళ 'హేరాం' డివిడి వచ్చిందట. అందుకే రిటర్న్ చేస్తున్నాడట.

'హేరాం' అంటే నా అభిమాన నటుడు కమల్‌హాసన్ సినిమా అని విన్నాను. తెలుగు డబ్బింగ్ దొరక్కపోయే సరికి చూసే అవకాశం దొరకలేదు నాకు.

"మీరేం అనుకోకపోతే ఈ డి.వి.డి. నాకు ఇస్తారా".

నవ్వుతోనే తన ఒప్పుకోలు తెలియజేసి వెళ్ళిపోయాడు.

చెన్నై సత్యభామ యూనివర్సిటీలో ఎం.టెక్ అయిపోయిన దగ్గర్నుండి తమిళ సినిమాలతో టచ్ పోయింది నాకు. సినిమా పెట్టుకు చూద్దామని ల్యాప్టాప్ కోసం వెతికితే దొరకలేదు. తర్వాత గుర్తొచ్చింది, అశుతోష్ తనతో తీసుకెళ్ళిపోయాడని. నిరుత్సాహపడ్డాను.

• • •

సాయంత్రం కింద లాన్లో వాకింగ్ చేస్తుంటే అనిర్బాన్ వచ్చి కలిసాడు.

హేరాం సినిమా చూసానేమోనని కనుక్కున్నాడు. ల్యాప్టాప్ లేదని చెప్పేసరికి వాళింట్లో హోం థియేటర్ ఉందని, అక్కడచూస్తే తనుకూడా చూసినట్లు ఉంటుందని అన్నాడు. అడగ్గానే డి.వి.డి. ఇచ్చిన మనిషికి కాదని ఎలా చెప్పడం?

ఇద్దరం కలిసి చూశాం. ప్రతివాక్యం పాజ్ చేసి దాని అర్థమేమిటో వివరిస్తూ చూసేసరికి మూడుగంటల సినిమా ఆరుగంటలు పట్టింది.

ఆ సినిమాలో చూపించింది నూటికి నూరుపాళ్ళు నిజమంటాడు అనిర్బాన్. ఈస్ట్ బెంగాల్ని పాకిస్తాన్లో కలిపే సమయానికి 1947లో జరిగినట్లుగా చూపించిన

అంత:కలహాలు నిజంగానే జరిగాయంటాడు.

ఈస్ట్ పాకిస్థాన్‌లో మహిళలపై ఆ సినిమాలో రాణీముఖర్జీపై జరిగిన రీతిలో దాడులు జరిగాయట. అప్పుడు ఈస్ట్ - పాకిస్థాన్ నుంచి భారీగా హిందువులు వెస్ట్ బెంగాల్‌కి వలసగా వచ్చారట.

వాళ్ళంతా తమగడ్డపై ఇళ్ళు, స్థలాలు, పొలాలు వదులుకొని కట్టుబట్టలతో తరలి వచ్చారట. అలా వచ్చిన కుటుంబాలలో అనిర్బాన్ కుటుంబం కూడా ఒకటట. ఎన్ని ‘ట’లో కదా! నిజాలైతే అబద్ధాలుగా మారిపోతే బాగుణ్ణు.

మరి 1971 యుద్ధం ఎందుకొచ్చిందని అడిగాను.

మళ్ళీ ఒక నవ్వు.

భాష గురించి అట! ఈస్ట్ పాకిస్థాన్ వాళ్ళు తమకు అలవాటైన బెంగాలీ మాట్లాడతామని. ఉర్దూ మాత్రమే మాట్లాడాలి, బెంగాలీని పూర్తిగా అధికారిక, వ్యవహారిక భాషగా విసర్జించాలని వెస్ట్ పాకిస్థానీల పట్టు. అది నచ్చక మళ్ళీదాడులు, వలసలు, కష్టాలు వెరసి యుద్ధం. బంగ్లాదేశ్ ప్రసూతి.

అశుతోష్ చెప్పిన దానికి అనిర్బాన్ చెప్పిన దానికి పొంతన కుదిరింది. అక్కడ పాకిస్థాన్ వాళ్ళేమో హిందువులను తరిమికొడితే ఇక్కడ అశుతోష్ లాంటి బెంగాలీలేమో ‘ఇలా వలస వచ్చిన బెంగాలీల వల్లనే మా జమీన్లు మాకు కాకుండా పోయాయ’ని వీళ్ళని తక్కువగా చూస్తున్నారు.

వీళ్ళ ఆస్తులు బంగ్లాదేశ్‌లో ఉండిపోవడంవల్ల వలస బెంగాలీలు, వాళ్ళ వలసవల్ల ఆస్తులు కోల్పోయిన వెస్ట్ బెంగాలీల్లు మొత్తం మీద బెంగాలీ జాతి మొత్తం పెద్దగా సిరిసంపదలు లేకుండా రోజులు నెమ్మదిగా నెట్టుకొస్తున్నారన్నమాట.

సినిమా అయిపోయింది. ఆన్ లైన్లో హిందీ వెర్షన్ దొరుకుతుంది కదా డబ్బులు

ఆ సినిమాలో చూపించింది నూటికి నూరుపాళ్ళు నిజమంటాడు అనిర్బాన్. ఈస్ట్ బెంగాల్ని పాకిస్తాన్లో కలిపే సమయానికి 1947లో జరిగినట్లుగా చూపించిన అంత:కలహాలు నిజంగానే జరిగాయంటాడు.

ఈస్ట్ పాకిస్థాన్‌లో మహిళలపై ఆ సినిమాలో రాణీముఖర్జీపై జరిగిన రీతిలో దాడులు జరిగాయట. అప్పుడు ఈస్ట్ - పాకిస్థాన్ నుంచి భారీగా హిందువులు వెస్ట్ బెంగాల్‌కి వలసగా వచ్చారట.

పెట్టికొనడం ఎందుకని అడిగితే గాంధీ గురించి తీసిన సినిమా దొంగతనం చెయ్యడం ఇష్టంలేక అని నవ్వాడు.

భోజనానికి ముగ్లాల్, ఆలూ పోస్తో చేశాడు. వాళ్ళ పద్మానదిలో పులసలు దొరుకుతాయంట. దాన్ని ఇల్లిష్ అంటారని చెప్పాడు.

భోజనం చాలా రుచిగా ఉంది. అశుతోష్ యు.ఎస్. నుంచి వచ్చేలోపు బెంగాలీ వంటలన్నీ నేర్చుకుని అతడు ఆశ్చర్యపోయేలా చేద్దామనుకున్నాను. అనిర్బాన్ని నేర్పమంటే ఎప్పటిలాంటి సమాధానమే!

ఒకనవ్వు.

అనిర్బాన్ వారానికి ఒక్క రోజే ఆఫీస్‌కి వెళ్ళి మిగతా రోజులు వర్క్ ఫ్రం హోం చేసేవాడు. పొద్దున్నుండి రాత్రి వరకు బెంగాలీ సీరియల్స్ చూసేవాడు. నేను పగలంతా అతనింట్లోనే ఉంటూ బెంగాలీ వంటలు నేర్చుకునేదాన్ని. తనవాళ్ళని కలవడానికి నెలకి ఒకసారి కోల్‌కతా వెళ్ళినప్పుడు అక్కడి రసగుల్లా తెచ్చేవాడు.

కొన్ని రోజులకి అనిర్బాన్ పరిచయం వల్ల సుక్తో, పొస్తో, బెగున్ భాజా లాంటి వెజిటేరియన్ వంటలు, కోషా మంగ్షో, ముర్గిర్ జోల్లాంటి నాన్ వెజ్ వంటలు వండడంతో పాటు బెంగాలీ అర్థం చేసుకోగలిగే నేర్పు కూడా కొంత సంపాదించాను.

• • •

మూడునెలల్లో వస్తాడనుకున్న అశుతోష్ రెండున్నర నెలల్లోనే వచ్చేసాడు. సెమినార్ ఏదో ఉందని ఫ్లయిట్ దిగిన మర్నాడే ఆఫీస్‌కి వెళ్ళిపోయాడు. సాయంత్రం తనని సర్‌ప్రైజ్ చేద్దామని ఇన్నాళ్ళూ నేర్చుకున్న విద్యనంతా ప్రదర్శించి బెంగాలీ వంటలు ఘుమఘుమ లాడించాను.

కానీ ఆన్ సైట్ రిటర్న్ పార్టీగా ఇచ్చిన టీం డిన్నర్లో తినేసానని డైరెక్ట్‌గా బెడ్రూంలో దూరాడు.

రోజులాగానే రాత్రి పదింటికి వాళ్ళమ్మ నుంచి ఫోన్ వచ్చింది. ఈ రెండున్నర నెలల్లో అనిర్బాన్ వల్ల బెంగాలీ అర్థం చేసుకోగలిగే సామర్థ్యం ఏమాత్రం వచ్చిందో తెలుసుకోవాలనిపించి వాళ్ళ సంభాషణ విన్నాను.

“హలో డాలింగ్ ... ఎలాఉన్నావ్? నా పెళ్ళామా? అది ఇక్కడే ఉంది. తనకు మన గురించి తెలియదు. విన్నా ఏం అర్థంకాదులే ...”

ఒక్కసారిగా కొయ్యబారిపోయాను.

ఇంకా ఏవేవో మాట్లాడాడు. కానీ నాకు ఆ మూడు ముక్కలే అర్థమయ్యాయి. జరుగుతున్న దేమిటో అర్థం అవుతున్నా కానట్లు నటించడం ఎంతకష్టమో కదా!

ఇంక నటించలేను అనుకున్నప్పుడు ఆ గదిలో నుంచి బయటకు వచ్చేసాను.

గంట తర్వాత ఫోన్ పెట్టేసి వచ్చి “అమ్మ...” అన్నాడు పళ్ళు ఇకిలిస్తూ ... నేనేదో అడిగినట్లు.

రాత్రి పాలలో ఒక నిద్ర మాత్రవేసి ఇచ్చాను. శుభ్రంగా పడుకున్నాడు.

తన ఫోన్ తీసాను. బయోమెట్రిక్ ఫేస్ రికగ్నిషన్ అన్-లాక్ పెట్టుకున్నాడు. తన ముఖం ముందు ఫోన్ కేమెరా ఆన్చేసి పెడితే మొబైల్ అన్-లాక్ అయ్యింది. ఫోన్ కాల్ లిస్ట్‌లో అద్రిజ అన్న అమ్మాయి నుంచి లాస్ట్ కాల్ వచ్చినట్లుంది. ఇన్నాళ్ళూ అమ్మతో మాట్లాడుతున్నానని అబద్ధం చెప్పి అశుతోష్ మాట్లాడింది దీనితోనేనా!

గ్యాలరీలో ఫోటోలు కూడా ఆ పిల్లవే. కాకపోతే తనముఖం ఆనించుకున్న ఛాతీ మాత్రం అశుతోష్‌ది.

అదంటే అంతఇష్టం ఉంటే దాన్నే చేసుకోవచ్చుకదా. నన్నెందుకు చేసుకున్నాడు? అనుమానమొచ్చి ఫేస్‌బుక్‌లో అద్రిజ ప్రొఫైల్ చూస్తే ఆ అమ్మాయి “ఫ్రం ఢాకా, లివ్స్ ఇన్ కోల్‌కతా” అని ఉంది.

బంగ్లాదేశీ! అదిసంగతి!!

ఆ దేశం మీద తనకున్న కోపంతో పెళ్ళి మాత్రం వద్దనుకుని ఉంటాడు. వాట్ ఎ దేశభక్తి!

ఒకేసారి ఇన్నిషాకులు తిన్నాక నిద్ర ఎలాపడుతుంది? ఉన్న ఒక్క నిద్రమాత్ర పాలలో కలిపి అశుతోష్‌కి ఇచ్చేసానే! హయ్యో!

మర్నాడు పొద్దున్న అనిర్బాన్ని కలిసాను.

నాకు బెంగాలీలో “I came to know about your infidelity. I don't want to stay with you anymore. We should break-up” అనడానికి ఏమంటారో చెప్పవా? అని అడిగాను.

తను ఎప్పటిలాటి సమాధానమే ఇచ్చాడు.

ఒక నవ్వు!

కాకపోతే ఈసారి విరక్తిగా.

రచయిత సెల్ : 76808 21010

స్వీట్ పొటాటోతో... స్వీటూ హాటూ!

వడలు

కావలసిన పదార్థాలు

చిలగడ దుంపలు - 300 గ్రా., ఉల్లిపాయ - ఒకటి, పచ్చిమిర్చి - 3, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు - పావు టీ స్పూను, కరివేపాకు - 4 రెబ్బలు, పసుపు - పావు టీ స్పూను, కార్న్‌ఫ్లోర్ - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, బియ్యప్పిండి - 1 టీ స్పూను, గరం మసాల - పావు టీ స్పూను, ఉప్పు - రుచికి సరిపడా, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా.

తయారుచేసే విధానం

చిలగడ దుంపల్ని మెత్తగా ఉడికించి చల్లారిన తర్వాత తొక్క తీసి మెదపాలి. ఈ గుజ్జులో ఉల్లి, పచ్చిమిర్చి, కరివేపాకు తరుగు, అల్లం వెల్లుల్లి పేస్టు, పసుపు, బియ్యప్పిండి, కార్న్‌ఫ్లోర్, ఉప్పు వేసి ముద్దలా చేసుకోవాలి. తర్వాత దుంపల మిశ్రమాన్ని చిన్న చిన్న ఉండలుగా చేసుకుని వడల్లా ఒత్తి నూనెలో దోరగా వేగించుకోవాలి. సాయంత్రం స్నాక్స్‌గా టీతో పాటు తింటే బాగుంటాయి.

లడ్లు

కావలసిన పదార్థాలు

ఉడికించిన చిలగడ దుంపల గుజ్జు - 2 కప్పులు, పంచదార పొడి - ముప్పావు కప్పు, యాలకుల పొడి - ఒక టీ స్పూను, నెయ్యి - 2 టీ స్పూన్లు, ఎండు కొబ్బరి పొడి - ఒక కప్పు, బాదం + పిస్తా ముక్కలు - పావు కప్పు.

తయారుచేసే విధానం

చిలగడ దుంపల గుజ్జులో కరిగించిన నెయ్యి, పంచదార పొడి, యాలకుల పొడి, బాదం, పిస్తా వేసి బాగా కలిపాలి. ఆ మిశ్రమాన్ని తీసుకుని లడ్డూలలాగా చేసి కొబ్బరి పొడిలో దొర్లించాలి. లడ్డూలను పదిహేను నిమిషాల పాటు ఫ్రిజ్‌లో ఉంచి తర్వాత తింటే మరింత రుచిగా ఉంటాయి.



గులాబ్ జామ్

కావలసిన పదార్థాలు

ఉడికించిన చిలగడదుంపల గుజ్జు - 2 కప్పులు, మైదా - 2 టేబుల్ స్పూన్లు, ఉప్పు - చిటికెడు, పంచదార - 3 టేబుల్ స్పూన్లు, నూనె - వేగించడానికి సరిపడా. పాకం కోసం : పంచదార - 2 కప్పులు, నీరు - ఒక కప్పు, మెదిపిన యాలకులు - 2, పిస్తా ముక్కలు - అలంకరణకు.

తయారుచేసే విధానం

ఒక పాత్రలో రుబ్బిన చిలగడ దుంపల గుజ్జు, ఉప్పు, మైదా వేసి ముద్దలా కలపాలి. తర్వాత కొద్దికొద్దిగా తీసుకుని పంచదార అద్ది ఉండలు చేసుకొని పక్కనుంచాలి. పంచదార పాకం విడిగా తయారుచేసి చల్లారనివ్వాలి. ఇప్పుడు నూనెలో ఉండలను (మాడిపోకుండా) దోరగా వేగించి పాకంలో వేయాలి. 30 నిమిషాల తర్వాత ఫ్రిజ్‌లో ఉంచాలి. మైదా ఏమాత్రం ఎక్కువ కలిపినా ఉండలు గట్టిపడతాయి. ఉండలు చేసేముందు పంచదార అద్దడం వలన గుల్లబారి జామ్‌లు మెత్తగా ఉంటాయి. పాకంలో ఎక్కువసేపు ఉంచినా ఉండలు విచ్చుకుపోతాయి. ఈ చిట్కాలు దృష్టిలో ఉంచుకుంటే గులాబ్ జామ్‌లు మెత్తగా, రుచిగా తయారవుతాయి.

పాయసం

కావలసిన పదార్థాలు

చిలగడ దుంపలు - పావు కేజీ, పెసరపప్పు - ముప్పావు కప్పు, బాస్మతి రైస్ - రెండున్నర కప్పులు, బెల్లం - 2 కప్పులు, శొంఠి పొడి - అర టీ స్పూను, కొబ్బరి పాలు - ఒక కప్పు.

తయారుచేసే విధానం

బియ్యాన్ని అరగంట నానబెట్టి నీరు వడకట్టి బరకగా రుబ్బుకోవాలి. లోతైన పాత్రలో రుబ్బిన బియ్యం, దోరగా వేగించిన పెసరపప్పుతో పాటు కప్పు నీరు జత చేయాలి. పప్పు ముప్పావు వంతు ఉడికిన తర్వాత తొక్కతీసి తరిగిన చిలగడదుంప ముక్కలు వేయాలి. అన్నీ ఉడికిన తర్వాత మెదిపి విడిగా నీటిలో కరిగించిన బెల్లం, శొంఠి పొడి వేసి 10 నిమిషాలు చిన్న మంటపై అడుగంటకుండా తిప్పాలి. చివర్లో కొబ్బరి పాలు పోయాలి. దించే ముందు బాదం తరుగు చల్లి వేడి వేడిగా తింటే చాలా బాగుంటుంది.







గిన్నిస్‌కెక్కిన యూట్యూబ్ పిల్లి!

ఈ పిల్లి పేరు 'మారు' అలియాస్ 'ముగుమోగు'. సాదాసీదాగా కనిపిస్తున్నా మామూలు పిల్లి కాదు... గిన్నిస్ రికార్డుల్లోకి ఎక్కిన గడుసు పిల్లి. జపాన్‌లోని ఒక ఇంట్లో పెరుగుతున్న ఈ పెంపుడు పిల్లి చేసే అల్లరి అంతా ఇంతా కాదు. గోడలపైకి ఎక్కుతూ, దూకుతూ, పేపర్లతో, బొమ్మలతో, బెలూన్లతో ఆడుతూ రచ్చ రచ్చ చేస్తుంటుంది. ఆ చిలిపి చేష్టలను వీడియో తీసి యూట్యూబ్‌లో పెట్టింది ఆ ఇంటి యజమాని. 2008లో ఈ పిల్లి పేరు మీదే 'ముగుమోగు' అనే యూట్యూబ్ ఛానెల్‌ను తెరిచి, అందులో పిల్లి చేసే అల్లరి వీడియోలను పోస్టు చేయడం ప్రారంభించింది. ఆ వీడియోలకు విపరీతంగా క్రేజ్ వచ్చింది. ఇప్పటిదాకా 'మారు' అల్లరిని వీక్షించిన వారి సంఖ్య 32 కోట్ల, 57 లక్షలకు పైనే. ఈ మధ్యే దీన్ని 'యూట్యూబ్‌లో ఎక్కువ మంది చూసిన జంతువు'గా గుర్తించి, రికార్డుతో సత్కరించారు గిన్నిస్‌వాళ్లు.





balajyothy

బాలజ్యోతి

tree	v	a	e	g	c	h
glove	c	z	s	l	l	o
clock	a	e	n	o	o	t
snake	n	e	a	v	c	d
candy	d	r	k	e	k	o
hotdog	y	t	e	o	n	g





🍌 + 🍌 = 30

🍒 + 🍒 = 20

🍏 + 🍏 = 8

🍌 + 🍒 × 🍏 = ?

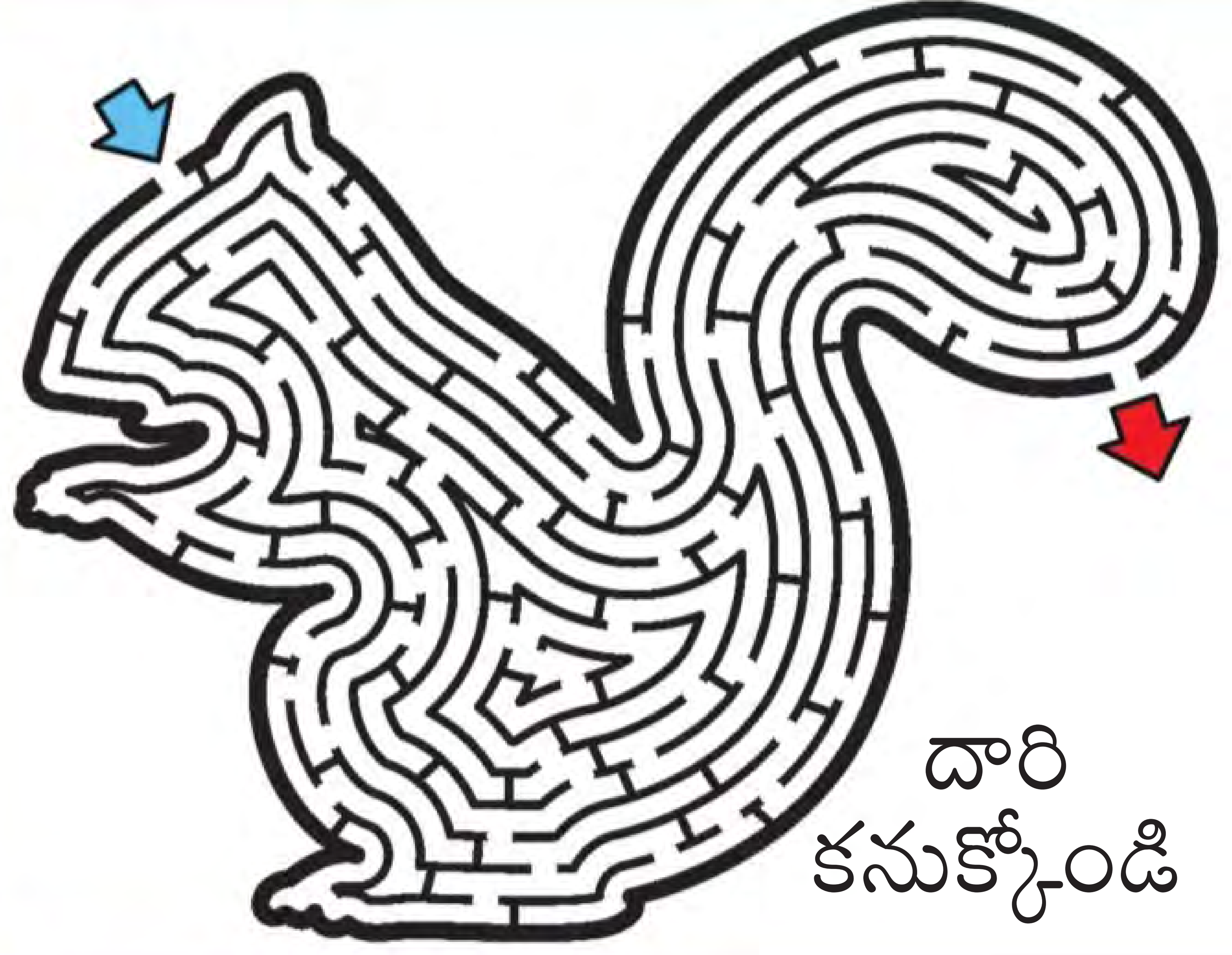
? విలువ ఎంత

బుద్ధి-భయం-రూపం

ఒక అడవిలో ఓ ఋషి తపస్సు చేస్తూ ఉండేవాడు. ఆయనకు ఎన్నో మహిమలు ఉండేవి. ఒకరోజు ఓ కాకి, ఎలుకను నోట్లో కరుచుకుని ఆకాశంలో ఎగురుతూ వెళ్తోంది. దాని నోట్లోంచి జారిన ఎలుక, చెట్టు కింద తపస్సు చేస్తున్న ఋషి ముందు వచ్చిపడింది. గాయాలతో ఉన్న ఆ మూషికాన్ని చూసి జాలిపడిన ఋషి, తన ఆశ్రమానికి తీసుకెళ్లి ఆహారం పెట్టి పెంచుకోసాగాడు. ఒకరోజు అక్కడికి ఓ పిల్లి వచ్చింది. పిల్లిని చూసి భయపడిన ఎలుక, పరుగెత్తుకుంటూ వచ్చి, ఋషిని శరణు వేడింది. దాన్ని చూసిన ఆయన "నువ్వు పిల్లిని చూసి భయపడుతున్నావా? అయితే నువ్వే పిల్లిగా మారిపో" అని వరమిచ్చాడు. వెంటనే ఎలుక, పిల్లిగా మారిపోయింది. అది ఆశ్రమం బయటకు రాగానే కుక్కలు వెంబడించాయి. మళ్లీ భయపడుతూ వచ్చి ఋషి ముందు నించుంది. అప్పుడాయన "నీకు కుక్కలంటే భయమా... అయితే నువ్వే కుక్కలా మారిపో" అన్నాడు. వెంటనే పిల్లి కాస్తా కుక్కలా మారిపోయింది. ఇప్పుడు అడవిలో స్వేచ్ఛగా తిరుగుతున్న కుక్కను వేటాడేందుకు పులి వచ్చింది. పులి గాండ్రింపుకి భయపడిన కుక్క, ఋషి దగ్గరికి పరుగెత్తుకెళ్లింది. మళ్లీ ఆ ఋషి "నీకు పులులంటే భయమైతే... నువ్వూ పులిగానే మారిపో" అన్నాడు. వెంటనే కుక్క, పులిలా మారిపోయింది. ఎలుకకు పెట్టిన ఆహారమే, పులికీ పెట్టాడు ఋషి. దాన్ని తినలేకపోయిన పులి, ఋషినే తినాలనుకుంది. వేటాడేందుకు పంజాతో పైకి దూకింది. దాని ఆలోచనను గ్రహించిన ఋషి, వెంటనే "నువ్వు తక్షణమే ఎలుకలా మారిపో..." అని శపించాడు. అప్పుడు పైకి ఎగిరిన పులి కాస్తా... ఎలుకలా మారి కిందపడిపోయింది.

పిల్లలూ... కథలో నీతి అర్థమయ్యింది కదూ.... మనకు సాయం చేసినవారిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ మరిచిపోకూడదు. అలాగే వాళ్లకెప్పుడూ హాని చేయకూడదు. చేయాలని అనుకోకూడదు.







రంగులు వేయండి

జవాబులు

విలువ ఎంత? 80

తేడాలు కనిపెట్టండి కిరీటంపై ఉన్న గుర్తు, విగ్రహం కళ్లు, స్థూపం మీద ఉన్న డిజైన్, ముందు రాయి, ఎడమ చెయ్యి.

సెక్రటరీ పక్షి

నెత్తిన కిరీటం పెట్టుకున్నట్టుగా ఉన్న ఈ విహంగం పేరు 'సెక్రటరీ పక్షి' గద్దల కుటుంబానికి చెందిన ఈ పక్షి, భూమ్మీదే తిరుగుతూ పశువులను వేటాడుతుంది. భూమ్మీద తిరుగుతూ, జంతువులను వేటాడే పక్షుల్లో ఇదే అతి పెద్దది. తల దగ్గర తెల్లగా తోక భాగంలో కాళ్ల దగరా నల్లగా ఉంటాయి దీని ఈకలు. తల వెనుక నలుపు, తెలుపు రంగులో ఉండే ఆ ఈకలు, 'స్టాచ్యూ ఆఫ్ లిబర్టీ'కి ఉండే కిరణాల కిరీటాన్ని గుర్తుకు తెస్తాయి. సుడాన్, దక్షిణాఫ్రికా దేశాలలోని పచ్చిక బయళ్లలో ఎక్కువగా కనిపిస్తాయివి. 'అకాసియా' చెట్లపై గూడు కట్టుకుని దాంపత్య జీవితాన్ని గడిపే ఇవి, పిల్లలు పుట్టి, పెరిగి, వెళ్లిపోయినా కూడా కలిసే ఉంటాయి. జింక పిల్లలు, ముంగిసలు, కప్పలు, తాబేళ్లు, పక్షులు, పాములను తమ పొడవాటి కాళ్లతో వెంటాడి, వేటాడి తింటాయి.



మీకు తెలుసా?

- జిరాఫీ మెడలో ఉండే ఎముకల సంఖ్య కంటే, బాతు మెడలో ఉండే ఎముకల సంఖ్య ఎక్కువ
- ఇంగ్లీషు భాషలో పూర్తి అర్థమిచ్చే అతి చిన్న వాక్యం 'ఐ యామ్'.
- 'క్యాట్‌ఫిష్‌'లకు 27 వేల రుచి మొగ్గలు ఉంటాయి. మనుషుల్లో వీటి సంఖ్య కేవలం 7 వేలు మాత్రమే!

'డాగ్మీ 95'

పది సూత్రాలు... ఒక సినిమా విప్లవం!

సినిమా పరిణామక్రమంలో 'బడ్జెట్' అనేది ప్రధానంగా మారింది. బడ్జెట్, టెక్నాలజీ విషయంలో హాలీవుడ్ సినిమాల ముందు మిగతా సినిమాలు వెలవెలబోయే పరిస్థితి. పైగా సినిమా అంటే ఇలాగే తీయాలని కొన్ని రూల్స్ కూడా ఫ్రేమ్ చేశారు. 'ఈ డిజిటల్ యుగంలో ఆ రూల్స్‌ను బద్దలుకొట్టి సినిమా తీయలేమా?' అని సినిమాను విపరీతంగా ప్రేమించే ఇద్దరు డైనమిక్ దర్శకుల ఆలోచనల నుంచి పుట్టిన సినిమా విప్లవమే 'డాగ్మీ 95'.

ఏ దర్శకుడైనా సినిమా తీయాలంటే మంచి కథ ఉండాలి. అది అప్పటికే నిర్వచించిన ఏదో ఒక జానర్ (అంటే యాక్షన్, కామెడీ, రొమాంటిక్, క్రైమ్, ఫాంటసీ వంటివి)కు చెందినదై ఉండాలి. అసలు ఏ జానర్ లేకుండా సినిమా తీయలేమా? సినిమా అంటే కత్తులు, తుపాకులతో యాక్షన్ ఉండాల్సిందేనా? సీన్ బాగా రావాలంటే లైటింగ్ బాగుండాలి. అందుకోసం పదుల సంఖ్యలో రకరకాల లైట్లు, రిఫ్లక్టర్లు వాడాల్సిందేనా? క్రేన్లు, ట్రాలీ, జిమీజిప్‌లు లేకుండా కెమెరా అడుగు కూడా ముందుకు కదలదా? సెట్లు, ప్రాపర్టీ (ప్రాప్స్), స్టూడియోల కోసం కోట్లాది రూపాయలు వెచ్చించాల్సిందేనా? 'అసలు ఈ హంగామా అంతా లేకుండా ఒక సినిమా తీసి చూపిద్దాం' అనుకున్నారు లార్స్ వొన్ ట్రియర్ (61), థామస్ వింటర్‌బర్గ్ (48) అనే డానిష్ (డెన్మార్క్) దర్శకులు. అప్పటికే వీళ్లిద్దరికీ సినిమా అనుభవం కావాల్సినంత ఉంది.

కోపెన్‌హాగ్ యూనివర్శిటీలో ఫిల్మ్ థియరీ చదువుకున్న లార్స్ ట్రియర్ 'నేషనల్ ఫిల్మ్ స్కూల్ ఆఫ్ డెన్మార్క్'లో ఫిల్మ్‌మేకింగ్ నేర్చుకున్నాడు. 1984లో తీసిన తొలిచిత్రం 'ది ఎలిమెంట్ ఆఫ్ క్రైమ్'కు 7 అంతర్జాతీయ చలనచిత్రోత్సవాల్లో 12 అవార్డులు దక్కడంతో ఒక్కసారిగా అందరి దృష్టినాకర్షించాడు. రెండో సినిమా 'ఎపిడెమిక్' (1987) కూడా 'కేన్స్'లో ప్రత్యేక గౌరవాన్నీ విమర్శకుల ప్రశంసల్నీ అందుకుంది. సుమారు నాలుగు దశాబ్దాల తన సినీ కెరీర్‌లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా జరిగిన అనేక చలన చిత్రోత్సవాల్లో 100 అవార్డులు, 200 నామినేషన్లు పొందిన సృజనశీలి లార్స్ ట్రియర్.

1992లో 'జెంట్రోపా' అనే నిర్మాణ సంస్థను ఏర్పాటుచేసి అనేక చిత్రాలను నిర్మించిన ట్రియర్ బడ్జెట్‌పరంగా సినిమాలు కంట్రోల్ తప్పుతున్నాయని గ్రహించాడు. ఒక చిత్రోత్సవంలో కలిసిన థామస్ వింటర్‌బర్గ్‌తో తన ఆలోచనలను పంచుకున్నాడు. 'నేషనల్ ఫిల్మ్ స్కూల్ ఆఫ్ డెన్మార్క్'లో చదువు ముగించుకుని అప్పుడప్పుడే (1993) చిత్రరంగంలోకి అడుగిడిన వింటర్‌బర్గ్‌కు ట్రియర్‌తో సంభాషణ కొత్త ఉత్సాహాన్నిచ్చింది. అప్పటికి అతడు కేవలం మూడు షార్ట్‌ఫిల్మ్స్ మాత్రం తీసి ఉన్నాడు. అనేక చర్చల అనంతరం ఇద్దరూ కలిసి 10 పాయింట్లతో ఒక మేనిఫెస్టోను రూపొందించారు. అదే 'డాగ్మీ 95' (డానిష్‌లో 'డాగ్మా').

షూటింగ్ అనేది లొకేషన్‌లో మాత్రమే జరగాలి. ప్రాపర్టీస్ తీసుకురావడం, సెట్‌లు వేయడం ఉండకూడదు. కెమెరాను చేతితో మాత్రమే ఆపరేట్ చేయాలి (క్రేన్లు, ట్రాలీల వంటివి ఉపయోగించరాదు). సినిమా కలర్‌లోనే ఉండాలి గానీ ప్రత్యేక లైటింగ్ వాడరాదు. ఆప్టికల్ వర్క్, ఫిల్టర్స్ నిషిద్ధం. అనవసరపు యాక్షన్, హత్యలు, మారణాయుధాల జోలికి వెళ్లరాదు. రెగ్యులర్ జానర్స్‌లో సినిమా తీయకూడదు. డైరెక్టర్ పేరు వేసుకోరాదు. ఇలాంటి ఆసక్తికరమైన 10 సూత్రాలతో రూపొందిన 'డాగ్మీ 95' కరపత్రాలను ఒక వేడుక సందర్భంగా పారిస్‌లోని ఓడియన్ థియేటర్ ఆడిటోరియంలో లార్స్ ట్రియర్ వెదజల్లినప్పుడు అందరూ అతణ్ని ఒక పిచ్చివాడిలా చూశారు. కానీ మూడేళ్లలోనే 'డాగ్మీ 95' మేనిఫెస్టోను అనుసరించి తీసిన 'ఫెస్టెన్' (వింటర్‌బర్గ్), 'ది ఇడియెట్స్' (లార్స్ ట్రియర్), 'మిఫ్యూన్' (జాకబ్‌సన్), 'ది కింగ్ ఈజ్ ఎలైవ్' (క్రిస్టియన్ లెవ్రింగ్) సినిమాలు బాక్సాఫీసు దగ్గరే కాకుండా విమర్శకుల ప్రశంసలు కూడా అందుకున్నాయి. దాంతో ఒక్కసారిగా ప్రపంచవ్యాప్తంగా 'డాగ్మీ 95' విప్లవం మొదలయ్యింది. సుమారు రెండు దశాబ్దాల పాటు అదే ట్రెండ్ కొనసాగి, ఆ తర్వాత ముగిసిపోయింది (ఈ ట్రెండ్ 'సెక్స్' వైపు వెళ్లిందనే విమర్శలున్నాయి).

తొలి సినిమా 'బాణం' నుంచి కొత్త కథాంశాలు, సరికొత్త టైటిల్స్, ఆసక్తికరమైన ప్రయోగాలతో హీరోగానే కాకుండా, నిర్మాతగా కూడా ఒక ఇమేజ్ సృష్టించుకున్న నారా రోహిత్ దృష్టి 'డాగ్మీ 95'పై పడింది. ఆయన నిర్మాణంలో తెరకెక్కుతున్న 'నీదీ నాదీ ఒకే కథ' తెలుగులో ఈ ఫార్మాట్‌ను అనుసరించి వస్తున్న తొలి సినిమాగా చెప్పుకోవచ్చు. "నేను ఈ ఫార్మాట్‌లో ఒక సీన్ తీసి చూపించిన మరుక్షణమే నారా రోహిత్‌గారు నా కథకు ఓకే చెప్పారు. ఒక మంచి కథను ఎంచుకుని, అంతా కొత్తవారితో (హీరో శ్రీవిష్ణు తప్ప), 'డాగ్మీ 95' ఫార్మాట్‌లో తీసేందుకు నేను, నా టీమ్ చాలా కష్టపడ్డాం. కెమెరాను భుజాలపై మోస్తూ, సహజమైన లైటింగ్‌తో సీన్లు తీయడమంటే మాటలు కాదు" అని చిత్ర దర్శకుడు వేణు ఊడుగుల అన్నారు. ప్రస్తుతం తెలుగు చిత్రసీమ భారీ బడ్జెట్, క్రేజీ కాంబినేషన్‌ల వెంట పరుగెడుతున్న తరుణంలో ఈ ప్రయోగం ఎలాంటి ఫలితాన్నిస్తుందో వేచిచూడాలి.

- సి.ఎస్.



వింటర్‌బర్గ్

'నీదీ నాదీ ఒకే కథ' చిత్రీకరణ

ట్రియర్

హెచ్ఐవి సోకినా జీవితం ఉంది!



Dr. K Ravikirane
M.D.,M.sc(psych),
P.G(virology)LONDON
గోల్డ్ మెడల్ ఫర్ ఎక్సలెన్సీ
ఇన్ మెడిసిన్
మాస్టర్స్ హోమియోపతి

హెచ్ఐవి పేరు వింటనే తెలియని భయం. ఎందుకంటే చికిత్స లేని వ్యాధి అది. నిజమే. కానీ ఇప్పుడు అద్భుతమైన మందులు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. వైరస్ పూర్తిగా శరీరంలో నుంచి తొలగిపోకపోయినా ఆ వైరస్ ఎటువంటి ప్రభావం చూపకుండా చేసే హోమియో మందులు అందుబాటులో ఉన్నాయి.

హెచ్ఐవి అంటే....

హెచ్ఐవి అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థను దెబ్బతీయడం ద్వారా అవకాశవాద వ్యాధులు వచ్చేలా చేస్తుంది. అంటే చిన్న వాతావరణ మార్పులకే జలుబు చేయడం, జ్వరం రావడం, టీబీ సోకడం, విరేచనాలు కావడం జరుగుతుంది. ఫలితంగా మృత్యువు చేరువవుతుంది. అంటే రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలహీనపడితే వ్యాధులు వచ్చిపడతాయి. బలంగా ఉంటే హెచ్ఐవి ఏమీ చేయలేదు. సరిగ్గా హోమియో చికిత్స రోగనిరోధక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేయడం పైనే దృష్టి పెడుతుంది.

ఏం జరుగుతుంది?

హెచ్ఐవి రోగనిరోధక వ్యవస్థలో కీలకమైనటువంటి టి-కణాలపై దాడి చేస్తుంది. ఈ కణాలను సీడీ 4 పాజిటివ్ లింఫోసైట్స్ అని కూడా అంటారు. ప్రతి రోజు శరీరంలో కొన్ని లక్షల టి-సెల్స్ ఉత్పత్తి అవుతుంటాయి. అయితే ఒకసారి హెచ్ఐవి శరీరంలో ప్రవేశించగానే తనకు తానుగా కొన్ని లక్షల వైరస్‌లను ఉత్పత్తి చేసుకుంటుంది. అదే సమయంలో టి-కణాలను చంపడం ప్రారంభిస్తుంది. టి-కణాల సంఖ్య ఎప్పుడైతే తగ్గుతాయో అనేక వ్యాధులు చుట్టు ముడతాయి. సులభంగా ఇన్‌ఫెక్షన్ల బారినపడతారు.

లక్షణాలు కనిపించడానికి....

హెచ్ఐవి శరీరంలోకి ప్రవేశించగానే ఎటువంటి మార్పులు కనిపించవు. కొన్ని సంవత్సరాల తరువాత వ్యాధికి సంబంధించిన లక్షణాలు ప్రారంభవవుతాయి. అంటే సీడీ 4 కణాల సంఖ్య తగ్గిపోయిన తరువాత వ్యాధి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. హెచ్ఐవి శరీరంలో ప్రవేశించిన తరువాత ఎన్ని రోజులకు బయటపడవచ్చని అనేది వారి ఆహారపు అలవాట్లు, ఆరోగ్యస్థితి, ఇతర వ్యాధులపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కొందరిలో ఐదారేళ్లకే సీడీ 4 కణాలు బాగా తగ్గిపోయి ఇన్‌ఫెక్షన్లు మొదలవుతాయి. మరికొందరిలో పదేళ్లు పడుతుంది.

నిర్ధారణ ఎలా?

హెచ్ఐవి గుర్తించడానికి ఎలీసా టెస్టు ఉపయోగపడుతుంది. ఈ పరీక్షలో పాజిటివ్ అని వస్తే నిర్ధారణ కోసం వెస్ట్రన్ బ్లాట్ పరీక్ష చేయించాల్సి ఉంటుంది. వైరస్‌ల సంఖ్య తెలుసుకోవడానికి వైరల్ లోడ్ టెస్ట్, సీడీ 4 కణాల సంఖ్యను తెలుసుకోవడానికి మరికొన్ని పరీక్షలు చేయించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇవన్నీ చికిత్స ప్రారంభించడానికి, మందుల పనితీరు తెలుసుకోవడానికి బాగా ఉపయోగపడతాయి.

హోమియో చికిత్స ఎలా పనిచేస్తుంది

హోమియో మందుల వల్ల రోగనిరోధకవ్యవస్థ తిరిగి బలపడుతుంది. సీడీ 4 కణాల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతుంది. అవకాశవాద ఇన్‌ఫెక్షన్లకు చోటు లేకుండా పోతుంది. ఆకలి బాగా పెరగడంతో బరువు పెరగడం ప్రారంభిస్తారు. హెచ్ఐవి అని తెలియగానే ఇక చికిత్స లేదనే నిర్ధారణకు వచ్చేస్తారు. ఎన్నిరోజులున్నా మరణం తప్పదనే భావనలో ఉంటారు. కానీ అది నిజం కాదు. హోమియో చికిత్స తీసుకోవడం ద్వారా అందరిలాగే సాధారణ జీవితం గడిపే అవకాశం లభిస్తుంది.

హెపటైటిస్, హెర్పిస్ బాధల నుంచి విముక్తి

హెపటైటిస్ అంటే కాలేయంలో కణాలు వాచిపోయి ఫైబ్రోసిస్, సిర్రోసిస్‌కు దారితీస్తుంది. దీంతో కాలేయ పనితీరు మెల్లగా తగ్గి ప్రాణాంతకంగా మారుతుంది. కాలేయ కేన్సర్‌కు దారితీయవచ్చు. హెపటైటిస్ బి రాకుండా వాక్సినేషన్ ఉన్నప్పటికీ, ఈ వ్యాధి వచ్చిన తర్వాత శాశ్వత పరిష్కారాన్ని చూపే చికిత్స ఇతర వైద్యవిధానాలలో లేదు. కానీ హోమియో వైద్యంలో అద్భుతమైన చికిత్స ఉంది. ఎక్కువ మందితో సెక్సువల్ కాంటాక్ట్స్ పెట్టుకోవడం, అపరిచితుల నుంచి సేకరించిన రక్తం అంటే హెపటైటిస్ వైరస్ ఉన్న రక్తాన్ని ఎక్కించడం, స్వలింగ సంపర్కం, ఒకరు వాడిన సిరంజీలు మరొకరు వాడటం వల్ల కూడా హెపటైటిస్ వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. తల్లి గర్భవతిగా ఉన్నపుడు ఈ వ్యాధి సోకినట్లయితే కడుపులోని బిడ్డకు కూడా సంక్రమించే అవకాశం ఉంటుంది.

లక్షణాలు

ఆకలి లేకపోవడం, వాంతి వస్తున్నట్లుగా ఉండటం, ఒళ్లంత నొప్పులు, మూత్రం పచ్చగా రావడం జరుగుతుంది. తరువాత నెమ్మదిగా కామెర్లు మొదలవుతాయి. దీంతో పాటు చర్మంపై దద్దుర్లు కనిపిస్తాయి. అయితే చాలా మందిలో ఇది తగ్గిపోయి కనుమరుగయినట్లుగా అవుతుంది. హెపటైటిస్ బి వ్యాధి చాలా ఆలస్యంగా బయటపడుతుంది. కొన్ని సందర్భాలలో సంవత్సరాల తర్వాత బయటపడవచ్చు. దీన్ని క్రానిక్ ఇన్‌ఫ్లమేషన్ ఆఫ్ లివర్ లేదా క్రానిక్ హెపటైటిస్ అంటారు. వీరిలో కామెర్ల వ్యాధి తగ్గకుండా అలాగే ఉంటుంది. వాంతులు, ఒళ్లంతా దురదలు, కొన్నిసార్లు విరేచనాలు, కడుపు ఉబ్బరంగా ఉండటం, పొట్టలో నొప్పి, రక్తనాళాలు వాచిపోవడం, కిడ్నీకి సంబంధించిన సమస్యలు, ప్లేట్‌లెట్స్ కౌంట్ పడిపోవడం, తలనొప్పి, రక్తహీనత, రక్తకణాల సంఖ్య క్రమంగా పడిపోవడం జరుగుతుంది.

హెర్పిస్ సింప్లెక్స్

ఒక గుండు సూది గుండుమీద కోటి వైరస్‌ల దాకా ఇమిడిపోయేంత సూక్ష్మమైన వైరస్ ఇది. జీవింతాంతం బాధించే ఈ వైరస్‌ను హెర్పిస్ సింప్లెక్స్ వైరస్ అని అంటారు. ఇది రెండు రకాలుగా ఉంటుంది. అవి హెచ్ఎస్‌వి1, హెచ్ఎస్‌వి2. ఒకటి నోటి దగ్గర పొక్కుల రూపంలో బయటపడితే, మరొకటి జననావయవాల దగ్గర పొక్కులతో బయటపడుతుంది. హెర్పిస్ వైరస్ పురుషుల నుంచి స్త్రీలకు, స్త్రీల నుంచి పురుషులకు లైంగిక సమయంలో వ్యాప్తి చెందుతుంది. లైంగిక కలయిక సమయంలో చర్మం చిట్లినపుడు గాయాలు, పుండ్ల ద్వారా ఈ వైరస్ వస్తుంది. ఈ చర్మం చిట్లినపుడు వైరస్ లోపలకు ప్రవేశిస్తుంది. ఈ వైరస్ కొద్ది రోజుల్లోనే ప్రభావం చూపిస్తుంది.

హోమియో చికిత్స

హెపటైటిస్, హెర్పిస్ సింప్లెక్స్ వ్యాధుల నివారణకు హోమియో చికిత్స అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. శాస్త్రీయతను సంతరించుకున్న హోమియో చికిత్స మూలకారణాన్ని గుర్తించి దాన్ని తొలగిస్తుంది.

మాస్టర్స్ హోమియోపతి
అమీర్‌పేట్, కూకట్‌పల్లి, దిల్‌సుఖ్‌నగర్, హైదరాబాద్, విజయవాడ,
కరీంనగర్, విశాఖపట్నం,తిరుపతి
ఫోన్ : 7842 106 106, 9032 106 106

V6లో ప్రతి మంగళవారం మధ్యాహ్నం 2:30కి
సాక్షిలో ప్రతి శనివారం మధ్యాహ్నం 2:30కి
10టీవీలో ప్రతి ఆదివారం మధ్యాహ్నం 4:30కి
డాక్టర్‌గారి లైవ్ కార్యక్రమం ఉంటుంది.

తాటక వ్యక్తిత్వ దర్పణం

గత మూడు దశాబ్దాల కాలం నుంచీ దాదాపు భారతీయ భాషలన్నిటిలోనూ మొదలైన మైథలాజికల్ ఫిక్షన్ తెలుగు సాహిత్యంలో ఇప్పటికీ సరిగా వెలువడకపోవడానికి కారణాలను సాహితీ విమర్శకులు విశ్లేషించాల్సి ఉంది. ఆ లోటును భర్తీ చేస్తూ వెలువడిన మొట్టమొదటి నవల 'తాటక'. 'హిస్టరీ ఫ్రమ్ బిలో' అనే రచనా పద్ధతికి ఇదొక సాహిత్య రూపం.

ఆర్యుల చొరబాటు, దురాక్రమణలో భాగంగా పరాజితులైన మూల నివాసుల కథల్లో ఒకటైన తాటక కాలాన్ని నేర్పుగా నవలీకరించాడు రచయిత. రాక్షసిగా సమాజానికి తెలిసిన రామాయణ స్త్రీ తాటక నాటి మాతృస్వామ్య వ్యవస్థలో తన గణాలను ఆర్యుల నుంచి కాపాడుకొనే క్రమంలో నేలకొరిగిన సత్యాన్ని ఆయా ప్రదేశ కాలాల్లో అప్పటి సామాజిక, రాజకీయ, వ్యాపార నేపథ్యంలో కళ్ళకు కట్టినట్టు వివరిస్తుందీ నవల. ఈ వివరించే క్రమం ఎటువంటి సంప్రదాయ విద్వేషాలకు లోను కాకుండా కొనసాగడం, శుద్ధ కథనం ద్వారా చరిత్రను అర్థం చేయించడం, అదే సమయంలో నాటి బ్రాహ్మణ, క్షత్రియ, స్థానిక జాతులకు మధ్య నడిచే ముక్కోణపు రాజకీయాన్ని తెలియజెప్పడం ఈ నవల ప్రత్యేకత.

రామాయణంలో అనేక అనుమానాలు రేకెత్తే విధంగా, వివాదాస్పదంగా చిత్రించిన తాటక అసలైన వ్యక్తిత్వాన్ని ఆమె పూర్వాపరాలను సృజనాత్మకంగా, ఆసక్తికరంగా పునరాలోచించి, పునర్ లిఖించి, పునర్దర్శనం చేయించే రచననిది. పురాణ కాల్పనిక రచనలన్నీ చరిత్ర గర్భంలో ఆయా జాతుల/గుంపుల సామూహికతను అనివార్యంగా వెతుక్కొంటాయి. ఈ వెతుక్కొనే క్రమం అత్యంత పారదర్శకంగా, సహజంగా తాటకలో మనకు కన్పిస్తుంది. తాటక యోధత్వాన్ని నిమ్మళంగా/నింపాదిగా వివరించే ఈ నవల చరిత్రలో సమాధైన పరాజితుల నైతికత, నిస్సహాయత్వాలను పాఠకులు అర్థం చేసుకొనే దృష్టికోణాన్ని, దృక్పథాన్ని బలంగా నిర్మించింది.

- డి. లెనిన్



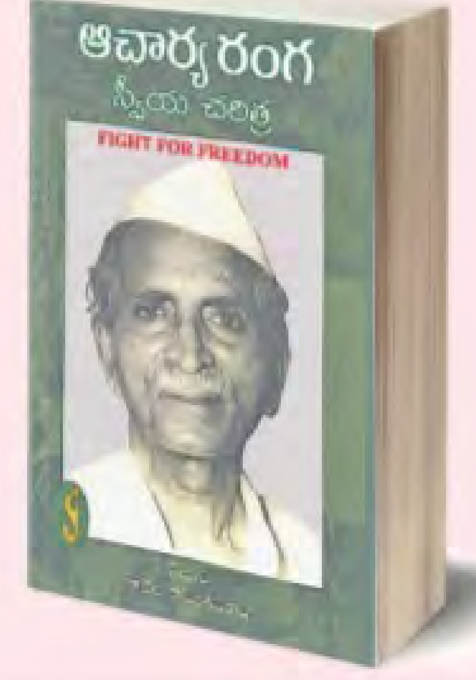
తాటక, బెజ్జారపు రవీందర్
పేజీలు : 144,
వెల : రూ.80,
ప్రతులకు : 040-27678430

రైతు రంగా

ఒకవైపు స్వాతంత్ర్య పోరాటం చేస్తూ, మరోవైపు రైతులకు అండదండలు అందించిన వ్యక్తి ఆచార్య ఎన్.జి రంగా. బాల్యంతో మొదలుపెట్టి కాంగ్రెస్ పార్టీ నుంచి వైదొలగి స్వతంత్ర పార్టీలో చేరేవరకు ఆయన జీవితంలో జరిగిన వివిధ సంఘటనల సంకలనమే ఈ పుస్తకం. ఆక్స్‌ఫర్డ్‌లో చదువు, విదేశీ పర్యటనలు, రైతుల కోసం పార్టీలోనే జరిపిన పోరాటం వంటి వివరాలన్నీ స్పష్టంగా తెలుస్తాయి. సైద్ధాంతిక విభేదాలతో కాంగ్రెస్ పార్టీకి రాజీనామా చేసిన చివరితరం వ్యక్తుల్లో రంగా ఒకరు. అయితే తరువాతి రోజుల్లో రంగా కాంగ్రెస్‌లో ఎందుకు చేరారన్న విషయం తెలియాలంటే ఆయన స్వయంగా రాసుకున్నదైనా అందుబాటులో ఉండాలి. లేదంటే అలనాటి పరిణామాలపై పట్టు ఉన్న నిష్పాక్షిక వ్యక్తులైనా దానిని గ్రంథస్తం చేయాలి. ఇలాంటి పుస్తకాలను తెలుగులోకి తీసుకు వస్తున్న పీకాక్ బుక్స్ కృషిని అభినందించాల్సిందే. అయితే యథాతథంగా అనువదించే కంటే మూలం చెడిపోకుండా కథనంలో జాగ్రత్తగా మార్పులు చేసుకుంటే మరింత బిగువుగా ఉండేదేమో!

- మద్దిపట్ల మణి

ఆచార్య రంగ స్వీయచరిత్ర, రావెల సాంబశివరావు
పేజీలు : 446, **వెల :** రూ. 450
ప్రతులకు : 040 - 2389 4648 లేదా ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు



కొత్త పుస్తకాలు

నిజాయతీపై పరిపూర్ణ వెలుగు

ప్రజల దృష్టిలో గొప్ప నేతలుగా ఎదిగినవారి తెర వెనక జీవితం గురించి ఆయా నేతల భార్యలు మాత్రమే చెప్పగలరు. పరిపూర్ణగారు నిర్మొహమాటంగా అలాగే చెప్పారు. భర్త దాసరి నాగభూషణరావుతో తన విభేదాలు, అవి తెగే వరకూ వెళ్లడం .. అన్నీ వివరంగా రాశారు. ముగ్గురు పిల్లల తల్లి ఏ ఆధారం లేకుండా, దొరికిన ఉద్యోగాలు చేసుకుంటూ, వచ్చిన అవకాశాలు అందిపుచ్చు కుంటూ, జీవితాన్ని నెట్టుకురావడం కాదు; జీవితాన్ని సమున్నతంగా నిలబెట్టు కున్న తీరు చాలా ఆశ్చర్యమనిపిస్తుంది. అంత మొండిగా జీవితానికి ఎదురీదడా నికి ఎంత ఆత్మవిశ్వాసం కావాలి? నేటితరం మహిళలు ఈ పుస్తకాన్ని చదివి .. అప్పుడు పరిపూర్ణగారికి లేని ఎన్నో సౌకర్యాలు ఇప్పుడు తమకు అలవోకగా లభిస్తున్నాయని గుర్తించగలిగితే కుంగుబాట్లూ, ఆత్మహత్యలూ ఉండవు. నేటి తరానికి అత్యంత విలువైన కానుక పరిపూర్ణగారి స్వీయచరిత్ర.

- దేరా

వెలుగు దారులలో... నంబూరి పరిపూర్ణ స్వీయచరిత్ర
పేజీలు : 248, **వెల:** రూ. 120
ప్రతులకు : 040 - 23065750 లేదా ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు



ఇవీ వచ్చాయి

బ్రహ్మనాయుడు
రచన : శ్రీకృష్ణారావు
పేజీలు : 100, **వెల :** రూ.50
ప్రతులకు : 94400 33715

సత్యవాణి (జ్ఞానయుక్తమైన కథలు)
రచన : డాక్టర్ పి.బి. మనోహర్
పేజీలు : 256, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : 99486 89253

సబ్బండనాదం (ప్రజల పాటలు)
రచన : వడ్డె ముద్దంగుల ఎల్లన్న
పేజీలు : 86, **వెల :** రూ.60
ప్రతులకు : 99853 56963

రాగవల్లరి
రచన : వూట్ల భద్రయ్య
పేజీలు : 98, **వెల :** రూ.40
ప్రతులకు : వి.విశాలాక్షి, క్వార్టర్ నెం.2665, ఆర్డినెన్స్ ఫ్యాక్టరీ ఎస్టేట్, మెదక్ జిల్లా

శ్రీ సాయి అవతారతత్త్వం
పేజీలు : 144, **వెల :** రూ.50

శ్రీ రమణ సహస్రనామావళి
శ్రీరమణ అష్టోత్తర శతనామావళి
పేజీలు : 106, **వెల :** రూ.40
సంకలనం : ఎ.వి. సుబ్రహ్మణ్య శాస్త్రి
ప్రతులకు : ప్రముఖ పుస్తక కేంద్రాలు

రెండు పక్షులూ.. ఒక జీవితం
బూర్ల వేంకటేశ్వర్లు - కవిత్వ సంభాషణ
పేజీలు : 90, **వెల :** రూ.100
ప్రతులకు : బి. సంతోష, ఫ్లాట్ నెం.403 వెంకటేశ్వర టవర్స్, జ్యోతినగర్, కరీంనగర్-505 001

తడి ఆరిన సీమ గొంతుకలు (కవితా సంకలనం)
సంపా. : డా. అప్పిరెడ్డి హరినాథరెడ్డి
పేజీలు : 112, **వెల :** రూ.50,
ప్రతులకు : 73866 23864

రమణ సాక్షాత్కారము (గేయములు)
పేజీలు : 152, **వెల :** రూ.25,
ప్రతులకు : 094914 16696

ప్రేమా ఆప్యాయతల కోసం ...

పిల్లలు అలా వొస్తూనే వుంటారు
కాళ్లకూ చేతులకూ లతల్లా అల్లుకుపోతూనే వుంటారు
వాళ్లకు తడి తగిలే హృదయం కావాలి
చెమ్మగిల్లే చూపు కావాలి
చేయి పట్టి నడిపించే నమ్మకం కావాలి

పిల్లలు అలా మీద మీదకు ఎగబాకుతూనే వుంటారు
వాళ్లకు మనిషితనం రంగరించి పోసే
గురువర్యులు కావాలి
ఆప్యాయతల్లో తడిపేసే అమ్మతనం కావాలి
కన్నీటిని చెరిపేసే కమ్మదనం కావాలి

పిల్లలు అలా వొళ్లంతా చుట్టుకుపోతూనే వుంటారు
కాళ్లూ చేతులూ పెనవేసుకు పోతుంటారు
వాళ్లకు బాల్యపు చిలిపి వనంలో కెళ్లి
గిరికీలు కొట్టే నేస్తాలు కావాలి

పిల్లలు కాస్తంత ప్రేమా ఆప్యాయతల కోసం
అలా సీతాకోకచిలుకలవుతూనే వుంటారు
మెరిసే కళ్ల నక్షత్రాల్తో
మిలమిలా మెరుస్తూనే వుంటారు

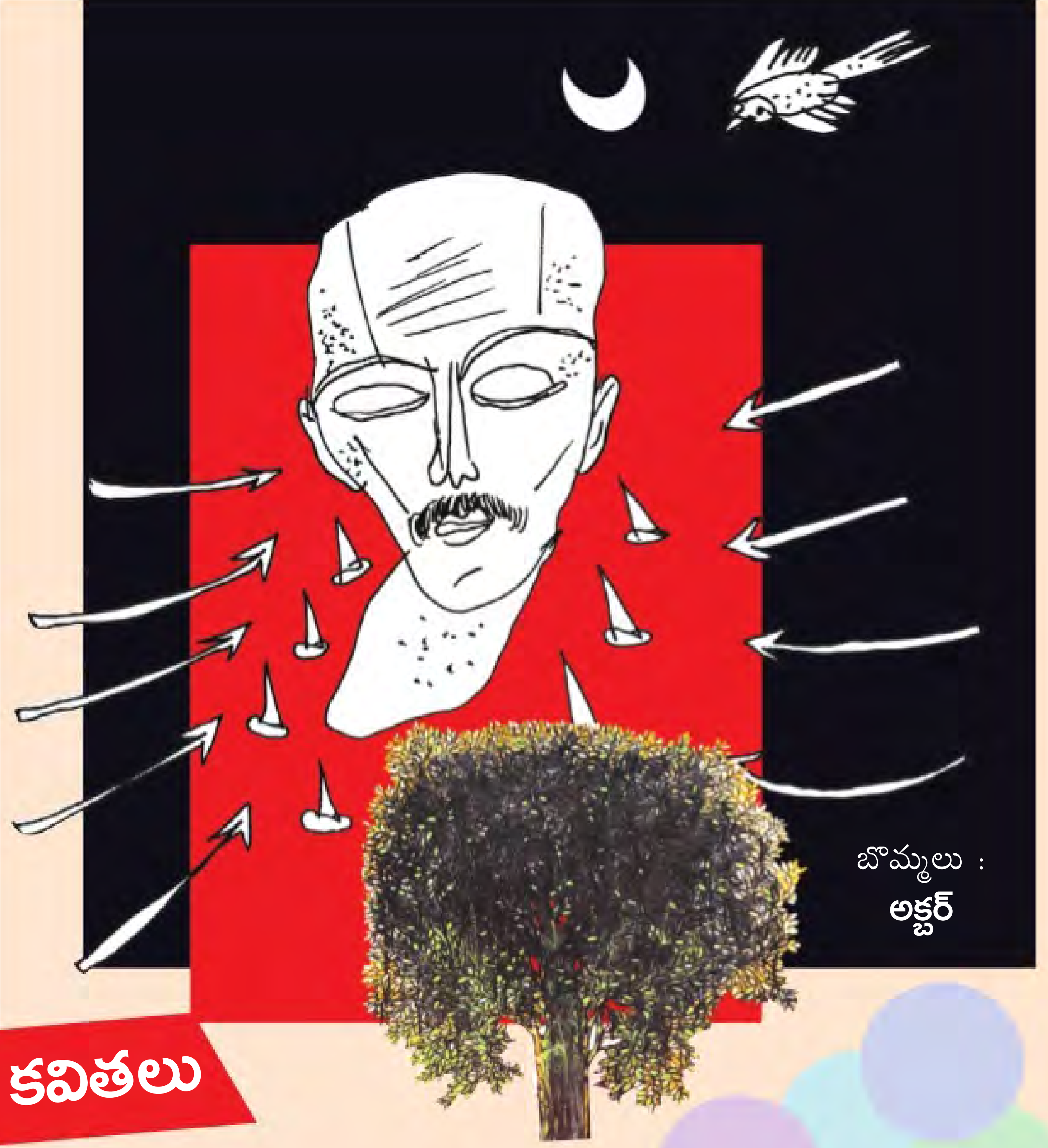
నమ్మకమైన మనుషుల కోసం
పిల్లలు అలా ఎదురుచూపులవుతూనే వుంటారు
కన్నీటిని తుడిచేసే మంత్రపు మాటల కోసం
పడిగాపులు కాస్తూనే వుంటారు

పిల్లలు మంచి మనసున్న చోటకు
ఎగిరెగిరి దూకుతూనే వుంటారు
ఎంతెంత దూరాన్నయినా దగ్గర చేస్తూనే వుంటారు

- శాంతివనం మంచికంటి, 99495 35695



ఈ వారం కవితలు



బొమ్మలు : **అక్బర్**

నేనొక చెట్టునై వున్నట్లయితే ...

నేనొక చెట్టునై పుట్టి ఉండినట్లయితే
పక్షి తను గూడు కట్టుకోవడానికి ముందు
నీది ఏ కులమని నన్ను అడిగివుండేది కాదు
ఎండ నన్ను కౌగిలించుకుంటున్నపుడు
నీడ మైల పడిపోయేది కాదు

వాన చినుకులు నేను శ్వపచుణ్ణి అని
వెనుకంజ వేసి వుండేవి కావు
నేను వేళ్లనుకొని నీళ్ల పీల్చుకుంటుంటే
భూమాత 'మడీ మడీ' అని పరుగెత్తేది కాదు

గోమాత నా కంఠానికి తన ఒంటిని ఒరిగించి
దురద తీర్చుకుంటున్నపుడు
దాని అంగాంగాల్లో నివసిస్తున్న
ముక్కోటి దేవతలు నన్ను ప్రేమతో స్పృశిస్తూ ఉండేవాళ్లు

ఎవరికి తెలుసు?
నా అవసాన దశలోనూ
నరకబడిన ఎండు కొమ్మ వొకటి
హోమాగ్నిలో కాలి
పునీతమై ఉండి వుండేదేమో!
లేక
ఓ సత్పురుషుని శవానికి పాడెలా మారి
నలుగురు సజ్జనుల భుజాలపైకి ఎక్కి వుండేదేమో!!

- కన్నడ మూలం : **మూడ్నాకూడు బి. చిన్నస్వామి**
అనువాదం: **డా. నలిమెల భాస్కర్, 97043 74081**



అనుగ్రహం

16 - 22 జూలై 2017

డాక్టర్ పి.ఎ. రామన్



మేషం

అశ్విని, భరణి, కృత్తిక 1వ పాదం

కష్టానికి తగిన ప్రతిఫలం ఉంటుంది. ఇంటా బయటా అనుకూలతలుంటాయి. విలువైన వస్తువులు కొనుగోలు చేస్తారు. గత తప్పిదాలు పునరావృతమయ్యే సూచనలున్నాయి. బ్యాంకు వివరాలు వెల్లడించవద్దు. పరిచయం లేని వారితో జాగ్రత్త. ఆది, సోమ వారాల్లో వ్యవహారాలు స్వయంగా చూసుకోవాలి. కొన్ని విషయాల్లో మీ జోక్యం అనివార్యం. ఆరోగ్యం సంతృప్తికరం.



వృషభం

కృత్తిక 2,3,4; రోహిణి, మృగశిర 1,2 పాదాలు

బంధువులతో సత్సంబంధాలు నెలకొంటాయి. మీ ప్రమేయంతో ఒక సమస్య సానుకూలమవుతుంది. ఆదాయం సంతృప్తికరం. అయినవారికి సాయం చేస్తారు. పనులు చురుకుగా సాగుతాయి. పొదుపు పథకాలపై దృష్టి సారిస్తారు. పెద్దమొత్తం సాయం క్షేమం కాదు. దంపతుల మధ్య ఏకాభిప్రాయం నెలకొంటుంది. ఒప్పందాల్లో ఏకాగ్రత వహించండి.



మిథునం

మృగశిర 3,4; ఆర్ద్ర, పునర్వసు 1,2,3 పాదాలు

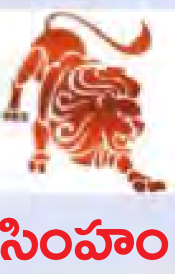
శుభకార్యానికి యత్నాలు సాగిస్తారు. ఖర్చులు అధికం. ఒక వ్యవహారంలో డబ్బు అందుతుంది. అర్థాంతరంగా నిలిపివేసిన పనులు పూర్తి చేస్తారు. పదవుల స్వీకరణకు అనుకూలం. గురు, శుక్ర వారాల్లో ప్రత్యర్థులతో జాగ్రత్త. నమ్మకస్తులే తప్పుదారి పట్టించేందుకు యత్నిస్తారు. బెషజాలు, మొహమాటాలకు పోవద్దు. ప్రతి విషయంలోను ఆచితూచి వ్యవహరించాలి.



కర్కాటకం

పునర్వసు 4వ పాదం, పుష్యమి, ఆశ్లేష

ఆర్థికస్థితి సామాన్యం. ఇతరులతో పోల్చుకుని నిరుత్సాహం చెందుతారు. అనవసర ఖర్చులు అధికం. కలిసివచ్చిన అవకాశాలను తక్షణం వినియోగించుకోండి. శనివారం నాడు పనులు మందకొడిగా సాగుతాయి. ఏ విషయంపైనా ఆసక్తి ఉండదు. ఇంట్లో స్తబ్దత నెలకొంటుంది. ఇతరుల వ్యాఖ్యలు మీపై ప్రభావం చూపుతాయి. పత్రాలు, నోటీసులు అందుకుంటారు.



సింహం

మఖ, పుబ్బ, ఉత్తర 1వ పాదం

కొత్త విషయాలు తెలుసుకుంటారు. యత్నాలు ప్రోత్సాహకరంగా సాగుతాయి. ఆకస్మిక ధనలాభం, వస్త్రప్రాప్తి పొందుతారు. అయినవారితో సంప్రదింపులు జరుపుతారు. ప్రేమానుబంధాలు బలపడతాయి. ఆది, సోమ వారాల్లో పనుల ప్రారంభంలో ఆటంకాలెదుర్కొంటారు. మీపై శకునాల ప్రభావం అధికం. పెట్టుబడులు, వ్యాపారాల విస్తరణలకు అనుకూలం.



కన్య

ఉత్తర 2,3,4; హస్త, చిత్త 1,2 పాదాలు

మీ ప్రతిభాపాటవాలు వెలుగులోకి వస్తాయి. మిమ్మల్ని తక్కువ అంచనా వేసిన వారే మీ సమర్థతను గుర్తిస్తారు. పనులు వేగవంతమవుతాయి. దైవ, సేవా సంస్థలకు సాయం అందిస్తారు. మీ ప్రమేయంతో శుభకార్యం నిశ్చయమవుతుంది. ఆరోగ్యం పట్ల అలక్ష్యం తగదు. విలువైన వస్తువులు, పత్రాలు జాగ్రత్త. పిల్లల ఉన్నత చదువులపై శ్రద్ధ వహించండి.



తుల

చిత్త 3,4; స్వాతి, విశాఖ 1,2,3 పాదాలు

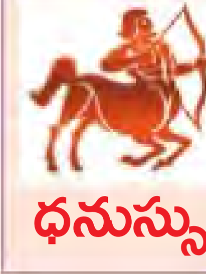
ప్రేమానుబంధాలు బలపడతాయి. శుభకార్య యత్నం ఫలిస్తుంది. స్థిమితంగా ఆలోచించి నిర్ణయాలు తీసుకోవాలి. ఏకపక్షంగా వ్యవహరించవద్దు. పనులు మొండిగా పూర్తి చేస్తారు. బంధువుల రాకపోకలు అధికమవుతాయి. ఆది, గురు వారాల్లో దుబారా ఖర్చులు అధికం. అయినవారి కోసం బాగా వ్యయం చేస్తారు. ఆస్తి వివాదాలు జటిలమవుతాయి.



వృశ్చికం

విశాఖ 4వ పాదం; అనూరాధ, జ్యేష్ఠ

ఆందోళన తొలగి కుదుటపడతారు. కొంత మొత్తం డబ్బు అందుతుంది. సకాలంలో చెల్లింపులు జరుపుతారు. పనులు ప్రారంభంలో మందకొడిగా సాగుతాయి. శుభకార్యానికి యత్నాలు సాగిస్తారు. మంగళ, శని వారాల్లో ఒక సమాచారం ఆలోచింపచేస్తుంది. దంపతుల మధ్య దాపరికం తగదు. విద్యార్థులకు ఉన్నత విద్యావకాశం లభిస్తుంది. ఒత్తిళ్లకు లొంగవద్దు.



ధనుస్సు

మూల, పూర్వాషాఢ, ఉత్తరాషాఢ 1వ పాదం

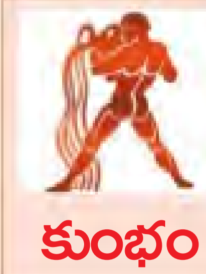
లౌక్యంగా పనులు చక్కబెట్టుకోవాలి. సహాయం ఆశించవద్దు. స్వయంకృషితో అనుకున్నది సాధిస్తారు. పెద్ద ఖర్చు తగిలే సూచనలున్నాయి. అవసరాలు వాయిదా వేసుకోవలసి వస్తుంది. గురు, శుక్ర వారాల్లో అనవసర వ్యవహారాల్లో జోక్యం తగదు. జీవిత భాగస్వామి సలహా పాటించండి. ఆరోగ్యం కుదుటపడుతుంది. వాహనం నడిపేటపుడు జాగ్రత్త.



మకరం

ఉత్తరాషాఢ 2,3,4; శ్రవణం, ధనిష్ఠ 1,2 పాదాలు

వ్యవహారాలు, లావాదేవీల్లో ఏకాగ్రత అవసరం. బేషజాలు, మొహమాటాలకు పోవద్దు. రాజీమార్గంలో సమస్యలు పరిష్కరించుకోవాలి. పనులు హడావుడిగా సాగుతాయి. ఖర్చులు విపరీతం. చేతిలో ధనం నిలబడదు. ఆప్తుల సాయం అందుతుంది. కొత్త యత్నాలు ప్రారంభిస్తారు. పెద్దల ఆరోగ్యం నిలకడగా ఉంటుంది. నోటీసులు, పత్రాలు అందుతాయి.



కుంభం

ధనిష్ఠ 3,4; శతభిషం, పూర్వాభాద్ర 1,2,3 పాదాలు

ఉపకారానికి ప్రత్యుపకారం పొందుతారు. ఇంట్లో సందడి నెలకొంటుంది. ఖర్చులు అధికం. విలాస వస్తువులు, వాహనం అమర్చుకుంటారు. మీ ప్రమేయంతో శుభకార్యం నిశ్చయమవుతుంది. వ్యవహార ఒప్పందాల్లో మెలకువ వహించండి. స్తోమతకు మించి హామీలివ్వవద్దు. పనుల సానుకూలతకు మరింత శ్రమించాలి. నిరుద్యోగులకు ఉద్యోగయోగం.



మీనం

పూర్వాభాద్ర 4వ పాదం, ఉత్తరాభాద్ర, రేవతి

వ్యవహార దక్షతతో రాణిస్తారు. అవకాశాలు కలిసి వస్తాయి. పదవులు, సభ్యత్వాలు స్వీకరిస్తారు. బాధ్యతలు పెరుగుతాయి. వ్యతిరేకులు సన్నిహితులవుతారు. చెల్లింపులు, చెక్కుల జారీలో జాగ్రత్త. వాయిదా పడిన మొక్కులు తీర్చుకుంటారు. పనులు వేగవంతమవుతాయి. అవగాహన లేని విషయాల్లో జోక్యం తగదు. దంపతుల మధ్య చికాకులు తలెత్తుతాయి.

ఐబిఎస్ కడుపులో సునామీ

డాక్టర్ వర్ధన్
MD (Ayu); Ph.D;
MS (C&P)



హాయిగా సాగిపోయే జీవితాన్ని కాస్తా చిందరవందర చేసే వ్యాధి గ్రహణి (ఐబిఎస్). ఈ వ్యాధి మూలాల్ని గుర్తించలేని ఎంతోమంది ఏళ్లతరబడి మందులు రాస్తున్నారే తప్ప రోగి వ్యాధి నుంచి బయటపడిందే లేదు. అయితే, ఐబిఎస్ వ్యాధి పీడితుల్లో జీర్ణాశయ లేదా పేగుల నిర్మాణంలోగానీ, జీవరసాయనాల్లో గానీ ఏ తేడాలూ కనిపించవు. కానీ, పేగుల కదలికల్లోనూ, నాడీవ్యవస్థ చలనంలోనూ లోపాలు ఏర్పడతాయి. ఈ స్థితినే ఫంక్షనల్ గ్యాస్ట్రో ఇంటెస్టినల్ డిజార్డర్‌నే ఐబిఎస్ (ఇరిటెబుల్ బావెల్ సిండ్రోమ్)అంటారు. దీన్నే ఆయుర్వేద పరిభాషలో గ్రహణి అంటారు. విచిత్రం ఏమిటంటే ఎన్ని పరీక్షలు చేసినా ఎన్ని అత్యాధునిక స్కానింగ్‌లు చేసినా అన్నీ నార్మల్ అనే వస్తాయి. రోగి మాత్రం రోజు రోజుకూ జీవచ్ఛవం అయిపోతుంటాడు.

ఎలా గుర్తించడం?

జీర్ణాశయ సమస్యలు ఎన్నో ఉంటాయి వాటిలో ఏ లక్షణాల ఆధారంగా దాన్ని ఐబిఎస్‌గా పరిగణించాలి అంటే, ఏడాది మొత్తంలో వరుసగా గానీ, అప్పుడప్పుడు గానీ, కనీసం12 వారాల పాటు కడుపు నొప్పి ఉండడం, మలవిసర్జన చేయగానే నొప్పి తగ్గిపోవడం. అలాగే మలం కొన్నాళ్లు గట్టిగా గానీ, జిగటగా గానీ, మరికొన్నాళ్లు నీళ్లలా గానీ రావడం ఈ మూడు లక్షణాల్లో ఏ రెండు ఉన్నా దాన్ని ఐబిఎస్‌గా భావించాలి. కాకపోతే మౌలిక లక్షణాలు ఈ మూడే అయినా, వీటికి అనుబంధంగా మరెన్నో లక్షణాలు ఉంటాయి. అసలు ఐబిఎస్ అంటేనే అనేకానేక లక్షణాల పుట్ట.

పేగుకుసంబంధిత లక్షణాల్లో....

కడుపునొప్పి, కడుపులో అసౌకర్యం, మలం గట్టిగా, ముక్కితే గానీ, రాకపోవడం, జిగురుగానూ, ఉండలుగానూ నీళ్లలానూ రావడం, తినగానే విసర్జనకు వెళ్లాలనిపించడం, ఎన్నిసార్లు వెళ్లినా విసర్జన అసంపూర్తిగానే జరిగినట్లు అనిపించడం, కడుపు బిగ దీసుకుపోవడం, కడుపు ఉబ్బరంగా ఉండడం, ఏ కొంచెం తిన్నా కడుపునిండిపోయినట్లు అనిపించడం, ఛాతీనొప్పి–మంట, అజీర్ణం, వికారం, వాంతి భావన కలగడం ఉంటాయి. ఇవన్నీ జీర్ణాశయ సంబంధిత లక్షణాలు.

పేగుకు సంబంధంలేని లక్షణాలు

వెన్నునొప్పి, లైంగిక పటిమ తగ్గిపోవడం, మగతగా ఉండడం, నీరసం, తరుచూ జ్వరం రావడం, ఎక్కువ సమయాల్లో తలనొప్పిగా ఉండడం, కండరాల నొప్పి, దడ, అతి నిద్ర, చర్మమంతా దురదగా అనిపించడం, వేడికీ, చలికీ అతిగా స్పందిచే లక్షణం, శ్వాస సరిగా ఆడకపోవడం, పిల్లికూతలు, శరీరమంతా బిగదీసుకుపోవడం, మూత్రనాళంలో ఇన్‌ఫెక్షన్లు తలెత్తడం ఇవన్నీ, పేగులకు ఆవల శరీరంలోని ఇతర భాగాల్లో కనిపించే లక్షణాలు.

సమూల వైద్యం

ఆయుర్వేదం ఆ లక్షణాల వెంట పరుగెత్తకుండా మూలకారణాల్ని చికిత్స చేసే దిశగా వెళుతుంది. అందుకు వాత పిత్త కఫాలను పూర్తి నియంత్రణలోకి తెస్తుంది. కల్మషాలన్నిటినీ బయటికి పంపి, జఠరాగ్నిని పెంచుతుంది. సమస్త వ్యవస్థలకూ ప్రాణప్రదమైన ఫ్లోరాను పెంచుతుంది. తిన్న ఆహారరసాల్ని ఆసాంతం సంగ్రహించే శక్తిని పెంచుతుంది. అన్నింటినీ మించి మీ వ్యాధి నిరోధక శక్తిని అపారంగా పెంచుతుంది. మిమ్మల్ని సంపూర్ణ ఆరోగ్యవంతులుగా నిలబెడుతుంది. ఐబిఎస్ వచ్చినప్పుడు అగ్నికి చికిత్స చేయకుండా ఎన్ని చికిత్సలు చేసినా తాత్కాలిక ఉపశమనం లభిస్తుందేమో గానీ, సమస్య సమూలంగా తొలగిపోదు. అందుకే ఆయుర్వేద అగ్ని చికిత్సలకే అమిత ప్రాధాన్యతను ఇచ్చి అమోఘమైన ఫలితాలను సాధిస్తోంది.

స్పోర్ట్స్ క్విజ్ - 8

1. ఈ చిత్రంలో ఉన్న టెన్నిస్ కోర్టు పేరు చెప్పగలరా?
2. టెస్ట్ క్రికెట్‌లో ఎక్కువసార్లు బౌల్డ్ అయిన క్రికెటర్ ఎవరు?
3. జాతీయ స్నూకర్ ఛాంపియన్‌షిప్ గత ఏడాది విజేత ఎవరు?
4. అంతర్జాతీయ వన్డే క్రికెట్ మ్యాచ్‌లో ఒక ఓవర్‌లో అత్యధిక బంతులు వేసిందెవరు?
5. బాడ్మింటన్ ఆసియా టీమ్ ఛాంపియన్‌షిప్స్ - 2016 పురుషుల, మహిళల విభాగాల్లో ఏ దేశాలు విజేతలుగా నిలిచాయి?

జవాబులు :

1. వింబుల్డన్ సెంటర్ కోర్టు. ఇది లండన్‌లో ఉంది. వర్షం వచ్చినా ఆట ఆగకుండా 2009లో దీనికి రూఫ్ కూడా ఏర్పాటు చేశారు.
2. రాహుల్ ద్రావిడ్. స్టైలిష్ గాను, టెక్నిక్‌గాను ఆడడంలో పేరున్న ద్రావిడ్... టెస్ట్ క్రికెట్ మ్యాచ్‌లలో 54 సార్లు బౌల్డ్ అవుట్ అయ్యాడు.
3. ఆదిత్య మెహతా. మధ్యప్రదేశ్‌లోని ఇండోర్‌లో జరిగిన పురుషుల ఫైనల్ రౌండ్‌లో మనన్ చంద్రను 6-3 తేడాతో ఓడించి విజేతగా నిలిచాడు.
4. మహమ్మద్ సమి. ఈ పాకిస్తానీ బౌలర్ 2004 ఆసియాకప్‌లో బంగ్లాదేశ్‌తో జరిగిన మ్యాచ్‌లో 7 వైడ్ బాల్స్, 4 నోబాల్స్‌తో సహా మొత్తంగా ఆ ఓవర్‌లో 17 బంతులు వేశాడు.
5. ఇండొనేసియా, చైనా. హైదరాబాద్‌లోని గచ్చిబౌలిలో జరిగిన ఈ ఛాంపియన్‌షిప్‌లో ఇండొనేసియా 3-2 తేడాతో జపాన్ పురుషుల జట్టుపై గెలిచింది. మహిళల విభాగంలో చైనా 3-2 తేడాతో జపాన్ జట్టుపైనే విజయం సాధించింది.

గత వారం జవాబులు

1 దు	వ్యా	2 డ	❋	3 కు	రూ	4 పి	❋	5 చ	ర	6 మ
ర్యో	❋	7 జ	కా	రా	❋	8 ర్యా	9 టీ	❋	❋	ధు
10 ధ	11 వు	ను	❋	❋	12 మృ	దు	ల	❋	13 త	పం
14 ను	లి	❋	15 ఆ	ము	దం	❋	❋	16 చె	వు	❋
డు	❋	17 పా	రా	❋	18 గం	19 గి	❋	20 మ	లు	21 పు
❋	22 మూ	ల	ధ	23 నం	❋	24 రి	25 వ	ట	❋	డీ
26 గూ	ఢ	❋	27 న	గ	❋	28 జ	న	❋	29 మీ	నా
ని	❋	30 స	❋	31 గ	32 డి	❋	33 మూ	34 స	సం	❋
❋	35 న	వ్య	❋	❋	కి	❋	36 లి	ల్లి	❋	❋
37 అ	వ	సా	38 న	❋	39 వి	జం	❋	40 కు	41 సు	42 మ
వు	❋	43 చి	రం	జీ	వి	❋	44 అ	ట్ల	త	ద్ది

పూరణం

నిర్వహణ : **గొరుసు**

1	2		3	❋	4	5	6	❋	7	8
9		❋	10	11	❋	12		13	❋	
14		15	❋	16			❋	17		
❋	❋	18	19		❋	❋	20		❋	❋
❋	21			❋	22			❋	23	
24		❋	❋	25		❋	26	27		❋
28		29	❋	30		31	❋	32		33
❋	34		35	❋	36		37	❋	❋	
38	❋	39		40	❋	❋	41		42	
43	44	❋	45		46	❋		❋		❋
47				❋	48			❋	49	

అడ్డం

1. బోనాలలో కొరడా ఝళిపించే వేషధారి(4)
4. ఉడికిన బియ్యపు గింజ (3)
7. గోమాత కుడి ఎడమైంది (2)
9. బడి రహిత సేద్యం (2)
10. వాడుకలో నయనం - అటుగా (2)
12. సారాయి (3)
14. - - - గప్పిన నిప్పు! (3)
16. హైదరాబాదీలు జరుపుకునే ఉజ్జయినీ అమ్మవారి ఉత్సవం (3)
17. గుట్టు (3)
18. "పుణ్యభూమి నా దేశం నమోనమామీ" గీత రచయిత (3)
20. ఒక దేవనర్తకి (2)
21. దారితప్పిన కైలాసం (3)
22. పీడించేవారిని ఈ ప్రాణితో పోలుస్తాం(3)
23. గోరువంక (2)
24. రుణం (2)
25. తుపాకీ గుండు (2)
26. నిమ్మకాని నిమ్మ - అట్నుంచి (3)
28. వ్యాపారం (3)
30. రావణుని మామ - అటుగా (3)
32. పాచికలే ఐతగాడి ఆయుధాలు (3)
34. పెద్ద ఢంకా (3)
36. లక్ష్య సాధనకై చేసే పోరాటం - హల్లుతో మొదలు (3)
39. చేతిగుడ్డ (3)
41. వరంగల్, ఖమ్మం స్టేషన్ల మధ్యనున్న రైల్వే జంక్షన్ (4)
43. మదరాసులో సగం (2)
45. ఉర్దూ కొట్లాట (3)
47. రాఘవేంద్రుడు కొలువైన క్షేత్రం (4)
48. వేంకటేశ్వరుని ఆరాధించిన బీబీ - - -(3)
49. కర్ణాటకలోని ఒక పర్యాటక కేంద్రం (2)

నిలువు

1. నటుడు కృష్ణమురళి ఇంటి పేరు (3)
2. జగడం (3)
3. పాలతో చేసే ఒక తీపి వంటకం (2)
5. అడ్డం 39 లోనిదే (3)
6. పాండవుల వంశం (2)
8. - - - అమృతం విషం! (3)
11. కళ్లు లేనివాడు (3)
13. ఒక నక్షత్రం - కిందనుండి (3)
15. పల్లీ కొట్టిన చిన్న కత్తి (3)
19. నోట్లో ఊరే జలం (2)
20. చిరంజీవి, శ్రీదేవి నటించిన చిత్రంలో మలిసగం (3)
21. భగవంతుని స్తుతించడం (4)
22. రావణుడి చేత అసువులు బాసిన పక్షి(4)
23. మైదా + ఆకు = గోరింటాకు (3)
24. అక్క మొగుడు (2)
25. తామర కాడ (2)
27. రాత్రి (2)
29. గాబరా (3)
31. ఆరోగ్యానికి హానికరమైన పానం (2)
33. తెలంగాణలో ఓ కొత్త జిల్లా (3)
35. సీతాపతి కొలువుతీరిన గుడి (4)
37. రావణ పట్టమహిషి (4)
38. విశ్రాంతి (3)
40. కత్తికి జంట - కిందనుండి (2)
42. స్వప్నంతో మొదలైన కయ్యము (3)
44. తిరగబడ్డ తక్కెడ (2)
46. ఉర్దూ కానుక (2)

కొస మెరుపు

'ఫిల్మీ' ఇంటీరియర్స్!



ఏ అయ్యంగార్ బేకరీ ముందు నుంచో వెళ్తుంటే కమ్మని బ్రెడ్డు సువాసనలు. ఏ బంగారం దుకాణానికో వెళ్తే ఎటు చూసినా పసిడి కాంతులు. ఏ పత్రికా కార్యాలయంలోనో కాలుపెడితే బ్రేకింగ్‌న్యూస్‌ల సందడి. సినిమా ఆఫీసులు మాత్రం... ఎండకు ఎండి, వానకు తడిసి రంగు వెలిసిన పోస్టర్లా ఎందుకు కనిపించాలి? ఆ ఆవరణలో ఎంతోకొంత సినిమాతనం తొంగి చూడాలిగా! లెజండ్స్‌నో, సెలబ్రిటీల్నో గుర్తుచేయాలిగా! ఆ ప్రయత్నమే చేశారు 'మాంటేజెస్ సినిమా' వాళ్లు. జూబ్లీహిల్స్‌లోని సంస్థ కార్యాలయం గోడల్ని సినీ దిగ్గజాల చిత్రాలతో, సినిమా డైలాగులతో, షూటింగ్ దృశ్యాలతో అలంకరించారు. 'సినిమా అంటే మాకు ప్రాణం. గోడల మీదే కాదు మా గుండెల్లోనూ సినిమా ఉంది'... అని ప్రతీకాత్మకంగా చెప్పే ప్రయత్నమే ఇదంతా.







28.	తులసి నిత్యపూజ, తులసీఉపయోగాలు	10-00
29.	శ్రీ చక్ర రహస్య విజ్ఞానమ్	36-00
30.	శ్రీచక్ర పూజావిధానం(పెద్దది)	36-00
31.	లక్ష్మీ - గౌరీ నిత్యపూజ	10-00
32.	శ్రీ సరస్వతీ నిత్యపూజ	10-00
33.	శ్రీ దుర్గానిత్యపూజ	10-00
34.	కాలభైరవ నిత్యపూజ	10-00
35.	శివపూజ	10-00
36.	వీరభద్ర పూజ	10-00
37.	ఆంజనేయ నిత్యపూజ	10-00
38.	నాగేంద్ర స్వామి పూజ	10-00
39.	సుబ్రహ్మణ్య నిత్యపూజ	10-00
40.	రామదేవుని కథ	10-00
41.	శివదేవుని కథ	10-00
42.	లక్ష్మీనరసింహపూజ	10-00
43.	వేంకటేశ్వరపూజ	10-00
44.	బ్రహ్మంగారి నిత్యపూజ	10-00
45.	సూర్య నిత్యపూజ	10-00
46.	నవగ్రహ నిత్యపూజ	10-00
47.	రుక్మిణీ కల్యాణం	25-00
48.	ఉమామహేశ్వర వ్రతం	36-00
49.	శ్రీ కామేశ్వరీ వ్రతం	36-00
50.	16 సోమవారముల వ్రతము	25-00
51.	పార్వతీకల్యాణం	25-00
52.	సహస్రకమలవర్తి వ్రతము	25-00
53.	పంచముఖ ఆంజనేయ పూజావిధానము	36-00
54.	అష్టనాగపూజ	36-00
55.	పూజలు ఎందుకుచేయాలి ?	36-00
56.	ఏ దేవునికి ఏపుష్పాలతో పూజించాలి?	36-00
57.	ఏ దేవునికి ఏప్రసాదం నైవేద్యం పెట్టాలి?	36-00
58.	ఏదేవునికి ఏవిధముగాదీపారాధనచెయ్యాలి?	36-00
59.	ఏదేవునికి ఎన్ని ప్రదక్షిణలుచేయాలి ?	36-00
60.	హనుమద్ వ్రతం	36-00
61.	పంచాయతన పూజ	63-00
62.	28 వ్రతములు	120-00

63. కలశపూజలు (9ఒకేసారి) 150-00
64. కలశపూజలు (విడివిడిగా) (ప్రింటులో) ....
65. హ్రీంకార మహాయజ్ఞం (ప్రింటులో) ....
66. గోమాత 40-00

2. స్తోత్రాలు-సుప్రభాతములు సహస్రనామములు

1. శ్రీ లలితా విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు 45-00
పురాణపండ రాధాకృష్ణమూర్తిగారి సంకలనం
2. లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (హిందీ) ,, 50-00
3. లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రములు (ఇంగ్లీషు) ,, 50-00
4. స్థూలాక్షరిలలితావిష్ణుసహస్రనామస్తోత్రములు(పత్రికసైజ్) 99-00
5. లలితావిష్ణు (కేస్ బైండ్) 1/8 డెమ్మీ 63-00
6. స్థూలాక్షరీ లలితావిష్ణు (క్రౌన్‌సైజు)కేస్‌బైండ్ 108-00
7. సర్వదేవతా స్తోత్రమంజరి 120-00
8. సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళిః (63) 24-00
9. విష్ణుసహస్రనామస్తోత్రమ్ (క్రౌన్) 25-00
10. లలితా సహస్రనామ స్తోత్రమ్ (క్రౌన్) 36-00
11. లలితా సహస్రనామములు 24-00
12. లక్ష్మీ సహస్రనామములు 24-00
13. దుర్గా సహస్రనామములు 24-00
14. ఆంజనేయ సహస్రనామములు 24-00
15. శివ సహస్రనామములు 24-00
16. విష్ణు సహస్రనామములు 24-00
17. గణపతి సహస్రనామములు 24-00
18. సుబ్రహ్మణ్య సహస్రనామములు 24-00
19. గాయత్రి సహస్రనామములు 24-00
20. లలితావిష్ణు సహస్రనామస్తోత్రాలు 24-00
21. శ్రీరామా సహస్రనామములు 24-00
22. సరస్వతి సహస్రనామములు 24-00
23. సూర్యసహస్రనామములు & ఆదిత్యహృదయం 24-00
24. శ్రీవేంకటేశ్వరసహస్రనామములు 24-00
25. మణిద్వీపవర్ణన (పెద్దది) 24-00
26. సంధ్యావందనం 24-00
27. మంత్రపుష్పమ్ ....
28. త్రిభాషా హనుమాన్‌చాలీసా 15-00
29. హనుమాన్ చాలీసా 10-00

30.	మణిద్వీపవర్ణన (పాకెట్)	10-00
31.	ఆరు చాలీసాలు	10-00
32.	శివారాధన (శివస్తోత్రాలు)	10-00
33.	వేంకటేశ్వర సుప్రభాతం (పాకెట్)	10-00
34.	ఆరుదండకాలు	5-00
35.	వేంకటేశ్వర గోవిందనామములు	5-00
36.	అష్టలక్ష్మీ స్తోత్రమ్ కనకధారాస్తోత్రమ్	10-00
37.	దేవీఖడ్గమాలాస్తోత్రమ్ (మహిషాసురమర్దనీస్తోత్రంతో)	10-00
38.	సుందరకాండ (పాకెట్)	10-00
39.	భగవద్గీత మూలం	27-00
40.	రామరక్షాస్తోత్రమ్	15-00
41.	స్తోత్ర రత్నావళి	36-00
42.	పురాణపండ లలితా-విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
43.	పురాణపండ లలితాసహస్రనామస్తోత్రమ్(మినీ)	10-00
44.	పురాణపండ విష్ణు సహస్రనామస్తోత్రమ్	10-00
45.	పురాణపండ ఆదిత్య హృదయం	10-00
46.	మంత్రపుష్పం (మినీ)	10-00
47.	శివానందలహరి-సౌందర్యలహరి	36-00
48.	కుజదోషం	10-00
49.	కాలసర్ప దోషం	10-00
50.	మీ అప్పులు తీరాలా?	10-00
51.	దృష్టిదోషాలు నివారణ	10-00
52.	పంచసూక్తములు	10-00
53.	సంధ్యావందనం	10-00
54.	రుద్రనమకమ్-చమకమ్	10-00
55.	గాయత్రీమంత్రాలు	10-00
56.	హయగ్రీవ స్తోత్రమాల	10-00
57.	దక్షిణామూర్తి స్తోత్రమాల	10-00
58.	ద్వాదశ జ్యోతిర్లింగాలు - పంచారామాలతో	10-00
59.	శ్రీసూక్తం పురుష సూక్తం	10-00
60.	నవగ్రహస్తోత్రమాల	36-00
61.	మహాన్యాసమ్	36-00
62.	సుందరకాండ గానామృతం	36-00
63.	గోమాతపూజావిధానము	10-00
64.	ఆనందసిద్ధి - 1 శ్రీదేవీ స్తోత్రమాల	108-00

65.	ఆనందసిద్ధి - 2 ఏ సమస్యకు ఏ స్తోత్రమ్ పారాయణచేయాలి	108-00
66.	ఆనందసిద్ధి-3 మానసదేవీ స్తోత్రమాల	108-00
67.	శ్రీ కాలభైరవ రక్షా కవచమ్	63-00
68.	అర్చన	40-00
69.	నిత్యదేవతార్చన	40-00
70.	సర్వదేవతా స్తోత్ర నిధి	99-00
71.	శ్రీచక్ర నవవరణార్చన	63-00
72.	చండీ సప్తశతి పారాయణ క్రమం	99-00
73.	శ్రీదేవి స్తోత్ర రత్నావళి 32 దేవి స్తోత్రాలకు తాత్పర్యంతో	99-00
74.	వనదుర్గా మంత్రానుష్ఠాన క్రమమ్	63-00
75.	శ్రీ కాలభైరవ వ్రతము	63-00

3. శ్రీ సాయి దత్త గ్రంథములు

1.	శ్రీ సాయిబాబా సచ్చరిత్ర	120-00
2.	సంపూర్ణ శ్రీ గురు చరిత్ర	120-00
3.	శ్రీ సాయిఆరాధన-షిర్డివైభవం	120-00
4.	శ్రీ సాయిబాబా జీవిత చరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
5.	శ్రీ గురుచరిత్ర (క్రౌన్)	63-00
6.	నవనాధ చరిత్ర	99-00
7.	శ్రీసాయిచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
8.	శ్రీగురుచరిత్ర (బైండు) ప్రయాణపుపారాయణగ్రంథం	63-00
9.	సత్యదత్తవ్రతం దత్తాత్రేయపూజాకల్పం,సహస్రంతో	30-00
10.	అనఘాదేవీ వ్రతం	30-00
11.	భక్తుల ప్రశ్నలకు బాబా జవాబులు	30-00
12.	శ్రీ సాయిపూజాకల్పం (సహస్రంతో)	25-00
13.	శ్రీ సాయిభజనమాల	20-00
14.	శ్రీ సాయి భజన్స్	20-00
15.	శ్రీ సాయిభక్తి గీతాలు	20-00
16.	శిరిడిహారతులు (భావంతో)	20-00
17.	"శ్రీసాయి"కోటి	27-00
18.	"శ్రీసాయిరామ్"కోటి	20-00
19.	శ్రీ సాయినాథ స్తోత్రమంజరి	10-00
20.	శ్రీ సాయివేయినామాలు	8-00
21.	శ్రీ సాయి హారతులు (పాకెట్)	15-00
22.	శ్రీ సాయి స్తవనమంజరి	10-00
23.	హిందీ శ్రీ సాయి హారతులు	15-00

24.	శని సింగణాపూర్ క్షేత్రమాహాత్మ్యం	63-00
25.	ఇంగ్లీషు శ్రీ సాయిహారతులు	15-00
26.	షిరిడి దర్శనం-శ్రీసాయి వైభవం	99-00
27.	సాయిసత్యవ్రతం	30-00
28.	సాయి అనుగ్రహమ్	120-00
29.	నవగురువారాల వ్రతకల్పము	15-00
30.	శ్రీదత్తలీలామృతము	99-00
31.	హృదయంలో సాయి	15-00
32.	శ్రీషిరిడీసాయి లీలామృతం(శ్రీసచ్ఛరిత్ర)	120-00
33.	గజాననమహరాజ్ చరిత్ర	99-00

4. జ్యోతిషాలు

1.	'కాలచక్రం' గంటలపంచాంగం (గార్గేయ)	72-00
2.	గ్రహభూమి పంచాంగము (గార్గేయ)	108.00
3.	ఆనందసిద్ధి పంచాంగం (వై.వి.శాస్త్రి)	63.00
4.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు (12రాశులువారికి)	50.00
5.	ములుగు వారి రాశిఫలితాలు విడివిడిగాఒక్కొక్కటి	12.00
6.	కాలచక్రంజ్యోతిషక్యాలండర్	25.00
7.	గ్రహబలం క్యాలండర్ (శ్రీనివాసగార్గేయ-భక్తిటివి)	25.00
8.	శుభమస్తు (పిడపర్తి) క్యాలండర్	25.00
9.	సాదా క్యాలండర్	5.00
10.	పాకెట్ క్యాలండర్	15.00
11.	తాజకనీలకంఠీయమ్	100-00
12.	కేరళ జ్యోతిష రహస్యాలు	180-00
13.	జ్యోతిష బ్రహ్మ రహస్యాలు	180-00
14.	మానసాగరి జాతకపద్ధతి	180-00
15.	వరాహమిహిర జాతకపద్ధతి	180-00
16.	వధూవర వివాహమైత్రిద్వాదశకూటములు	99-00
17.	సింపుల్ రెమిడీస్	180-00
18.	శంభు హోరప్రకాశిక	250-00
19.	పూర్వ పరాశరి	100-00
20.	పరాశర జ్యోతిషవిజ్ఞాన సర్వస్వం	200-00
21.	ప్రశ్న సింధు	99-00
22.	నక్షత్ర విశేష ఫలితాలు	63-00
23.	సూర్యసిద్ధాంతపంచాంగగణితంచేయడంఎలా?	180-00
24.	దృక్సిద్ధాంతపంచాంగగణితం చేయడంఎలా?	180-00

25.	ఆయుర్దాయ నిర్ణయం	63-00
26.	జాతక గణిత ప్రవేశిక	63-00
27.	జ్యోతిషమర్మబోధిని	63-00
28.	జ్యోతిష ప్రశ్నోత్తరమాల	63-00
29.	ముహూర్తం నిర్ణయించడంఎలా?	63-00
30.	జాతక మకరందం	63-00
31.	జ్యోతిష సరస్వతి	63-00
32.	మీజననకాల విశేషాలు	63-00
33.	ముహూర్త విజ్ఞాన భాస్కరం	63-00
34.	జ్యోతిష స్వయంబోధిని	63-00
35.	శుభముహూర్త శిరోమణి	63-00
36.	నక్షత్ర ఫలమంజరి	36-00
37.	పంచాంగం చూసే విధానం	36-00
38.	సర్వార్థ జ్యోతిషం	36-00
39.	ప్రాథమిక జ్యోతిషం	36-00
40.	నవరత్నములు శుభయోగములు	36-00
41.	శుభశకునాలు	30-00
42.	హస్తరేఖాఫలితాలు	36-00
43.	సంఖ్యల్లో భవిష్యత్	36-00
44.	ముహూర్త దీపిక	99-00
45.	పుట్టుమచ్చలు ఫలితాలు	30-00
46.	కలలు ఫలితాలు	30-00
47.	జాతక చక్రం వేయడం ఎలా?	36-00
48.	మానసాగరి (ప్రాచీనజ్యోతిషగ్రంథం) -పుచ్చాశ్రీనివాసరావు	250-00
49.	జ్యోతిషశాస్త్ర చిట్కాలు	120-00
50.	గుప్తా శతాబ్ది పంచాంగం (1940-2050)	999-00
51.	ప్రశ్నచండేశ్వరమ్	63-00
52.	ద్వాదశభావ ఫలచంద్రిక	250-00
53.	జ్యోతిష శతయోగరత్నావళి (నూరుయోగాలఫలితాలు)	120-00
54.	అంగసాముద్రికం	36-00
55.	హస్త సాముద్రికం	63-00
56.	లాల్ కితాబ్	99-00
57.	శకునశాస్త్రం	63-00
58.	ఆధునికప్రశ్నశాస్త్రం	120-00
59.	పరాశరజ్యోతిష ప్రశ్నజ్యోతిషం	180-00

60.	అష్టకవర్గు (కొండపల్లి)	63-00
61.	బృహత్‌జాతకం (ప్రాచీనప్రతికిపునర్ముద్రణ)	250-00
62.	లగ్నరత్నాకరం	63-00
63.	షట్పంచాశిక	120-00
64.	40 రోజుల్లో జ్యోతిషంనేర్చుకొనండి	270-00
65.	40 రోజుల్లో సాముద్రికంనేర్చుకొనండి	180-00
66.	40 రోజుల్లో సంఖ్యాశాస్త్రం	180-00
67.	40 రోజుల్లో నక్షత్ర (నాడీ) ఫలితములు	270-00
68.	40 రోజుల్లో వైద్యజ్యోతిషం నేర్చుకోండి	250-00
69.	మీ పుట్టినతేదీ అద్భుతరహస్యాలు (సాయిగణపతిరెడ్డి)	270-00
70.	కె.పి.జ్యోతిషం (పరిచయం)	63-00
71.	ముహూర్తచింతామణి	99-00
72.	సూర్యచంద్ర గ్రహణములు	63-00
73.	ప్రసిద్ధవ్యక్తుల జాతకాలు (వేరేకొండప్ప)	180-00
74.	అదృష్టరెమెడీస్	144-00
75.	గ్రహసంచార ఫలనిర్ణయదీపిక	63-00
76.	జ్యోతిష రెమిడీస్	300-00
77.	జాతకమార్తాండం పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
78.	జ్యోతిషవిద్యాప్రకాశిక పాతప్రతికి యథాతథం (కొండపల్లి)	250-00
79.	నాడీజ్యోతిషం	63-00
80.	నక్షత్రపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
81.	లగ్నపారిజాతం (గోరసవీరభద్రాచార్య)	63-00
82.	గౌతమసంహిత	63-00
83.	హోరరత్నమాల	63-00
84.	జాతకఫల మణిమంజరి	200-00
85.	పుష్కర పంచాంగం (2013-14నుండి 2024-25)	560-00
86.	దశాభుక్తిఫల నిర్ణయం	250-00
87.	వింత జోష్యములు	63-00
88.	షోడశవర్గులు	200-00
89.	రవిగ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
90.	చంద్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
91.	కుజ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
92.	బుధ గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
93.	గురు గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
94.	శుక్ర గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00

95. శని గ్రహ సమస్త ప్రభావములు	99-00
96. రాహు & కేతు గ్రహముల సమస్త ప్రభావములు	99-00
97. ఆధునిక గ్రహములు-ఉపగ్రహములు సమస్త ప్రభావములు	99-00
98. ముహూర్తమార్తాండం	63-00
99. లఘుజాతకం	63-00
100. జాతకాలంకారము	63-00
101. మేషలగ్న ఫలితములు	99-00
102. వృషభ లగ్న ఫలితములు	99-00
103. మిధున లగ్న ఫలితములు	99-00
104. కర్కాటక లగ్న ఫలితములు	99-00
105. సింహలగ్న ఫలితములు	99-00
106. కన్యలగ్న ఫలితములు	99-00
107. తుల లగ్న ఫలితములు	99-00
108. వృశ్చిక లగ్న ఫలితములు	99-00
109. ధనుస్సు లగ్న ఫలితములు	99-00
110. మకర లగ్న ఫలితములు	99-00
111. కుంభ లగ్న ఫలితములు	99-00
112. మీన లగ్న ఫలితములు	99-00
113. నారద సంహిత	200-00
114. పంచాంగపీఠికలేఖికాగణితం	250-00
115. తారాబలం - చంద్రబలం (వేరే కొండప్ప)	99-00
116. సులభలగ్న సాధన (చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	200-00
117. రాహు కేతువుల యోగము	99-00
118. ఛాయాగ్రహములు	99-00
119. జ్యోతిషవిజ్ఞాన దీపిక	63-00

బి.వి.రామన్ గారి గ్రంథములు

120. జ్యోతిష విద్యారంభం	50-00
121 గ్రహభావ బలములు	50-00
122. కాలచక్రదశ	50-00
123. అనుభవ ప్రశ్నాజ్యోతిషం	50-00
124. జ్యోతిషశాస్త్రంలో వాతావరణ భూకంపాలు	50-00
125. పురోగామి జాతకం	50-00
126. భావార్ధరత్నాకరం	75-00
127. భారతీయజ్యోతిష సర్వస్వం	75-00
128. అష్టకవర్గ పద్ధతిః	75-00

129. జ్యోతిషశాస్త్రంలో సందేహాలు,సమాధానాలు	75-00
130. ప్రశ్నతంత్ర	75-00
131. ముహూర్తం	75-00
132. విశిష్ట జాతకములు	125-00
133. భారతీయఫలితజ్యోతిషం	125-00
134. 300 ముఖ్యమైన యోగములు	125-00
135. జాతకంపరిశీలించడంఎలా ?	300-00

రాష్ట్రపతి అవార్డుగ్రహీత, మహామహోపాధ్యాయ, వాచస్పతి
శ్రీ మధురకృష్ణమూర్తిగారి గ్రంథములు

136. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-1	200-00
137. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-2	200-00
138. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-3	200-00
139. బృహత్పరాశరహోరాశాస్త్రము-4	200-00
140. భావార్థరత్నాకరము	100-00
141. ముహూర్త చింతామణి	100-00
142. ముహుర్త చింతామణి-పార్టు2	200-00
143. స్వప్న శాస్త్రము	36-00
144. శతయోగమంజరి	50-00
145. వ్రతనిర్ణయకల్పవల్లి	250-00
146. దైవజ్ఞవల్లభం	75-00
147. వసంతరాజశకునమ్ (బృహత్శకునశాస్త్రం)	250-00
148. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-1	100-00
149. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-2	200-00
150. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-3	100-00
151. వాస్తుశాస్త్రవివేకము-4	200-00
152. అనుభవసులభవాస్తు - 1	50-00
153. అనుభవసులభవాస్తు - 2	100-00
154. పంచాంగ వివేకము	99-00
155. వశిష్ఠ సంహిత	360-00
156. పంచపక్షి శాస్త్రం (కేస్బైండ్)	200-00

5. వాస్తులు

1. 40 రోజుల్లో "వాస్తువిద్య" నేర్చుకొనండి	180-00
2. వాస్తుశాస్త్ర రహస్యములు	200-00
3. వాస్తునుబట్టి మీ ఇల్లు	63-00
4. మీరూ మీ వాస్తు	63-00

5.	గృహవాస్తు చిట్కాలు	63-00
6.	వాస్తు పూజ	63-00
7.	వాస్తు సూత్రములు	63-00
8.	వాస్తుశాస్త్ర రహస్యాలు	63-00
9.	గృహవాస్తు వర్గులు	99-00
10.	విశ్వకర్మవాస్తు శాస్త్రరీత్యా మీ ఇంటి ప్లానులు	63-00
11.	విశ్వకర్మ వాస్తుశాస్త్రరీత్యా మీఇండ్లఆయములు	99-00
12.	విశ్వకర్మ వాస్తు శాస్త్రం(చిత్రాలగురుమూర్తిగుప్తా)	180-00
13.	ఆధునిక గృహవాస్తు	99-00
14.	శుభవాస్తు	270-00
15.	వాస్తుయంత్ర రత్నావళి	120-00
16.	వాస్తుశాస్త్రం	120-00
17.	హౌస్ ప్లాన్స్	63-00
18.	గృహనిర్మాణ వాస్తు	63-00
19.	వాస్తు రెమెడీస్	63-00
20.	గృహవాస్తు దర్పణం	63-00
21.	జ్యోతిష-గృహవాస్తుచంద్రిక	200-00
22.	వాస్తురత్నాకరం (కొండపల్లి)	63-00
23.	వాస్తుశిరోమణి ,,	120-00
24.	వాస్తుసంగ్రహమ్ ,,	63-00
25.	పంచవాస్తు పారిజాతం ,,	120-00
26.	వాస్తుడిండిమమ్ ,,	63-00
27.	వాస్తుదుందిభి ,,	120-00
28.	విశ్వకర్మవాస్తుప్రకాశిక (కేస్‌బైండ్)	250-00
29.	కృష్ణవాస్తుశాస్త్రము	63-00
30.	జలవాస్తు,శల్యవాస్తు (దంతూరిపండరీనాథ్)	99-00
31.	మయవాస్తు (గోరసవీరభద్రాచార్య)	120-00
32.	వాస్తు జ్యోతి	63-00
33.	మన ఇల్లు-మనవాస్తు	99-00
34.	వాస్తవ వాస్తుపూజావిధానము	108-00
35.	వాస్తు దర్పణం	120-00

6. మంత్రశాస్త్రాలు

1.	మంత్రసాధన	63-00
2.	తంత్రజాలం	63-00
3.	మంత్రశక్తి	63-00

4.	దత్తాత్రేయ తంత్రవిద్య	63-00
5.	దత్తాత్రేయ మూలికాతంత్రమ్	63-00
6.	తాంత్రిక పంచాంగం	63-00
7.	యక్షిణీ తంత్రం	63-00
8.	మంత్రానుష్ఠాన చంద్రిక	63-00
9.	సర్వదేవతా మంత్రకవచములు	63-00
10.	మంత్రాక్షరాలరహస్యం (బీజాక్షరనిఘంటువు)	63-00
11.	సర్వదేవతా మంత్రరత్నావళి	63-00
12.	సదాచార దీపిక	63-00
13.	యోగినీ-వామకేశ్వరతంత్రం	63-00
14.	ప్రపంచసారతంత్రం	63-00
15.	బదనిక తంత్రమ్	63-00
16.	ఉచ్ఛిష్ట గణపతి తంత్రమ్	63-00
17.	గుప్త సాధన తంత్రం	63-00
18.	గంధర్వ తంత్రమ్	63-00
19.	సౌందర్యలహరి (మంత్రయంత్రరత్నావళి)	63-00
20.	యంత్ర మంత్ర తంత్ర	63-00
21.	పాశుపత తంత్రం	99-00
22.	పంచదశ మహాఖడ్గ తంత్రం	99-00
23.	రుద్రాష్ఠాధ్యాయః	99-00
24.	మంత్రసిద్ధి	120-00
25.	పరశురామతంత్రమ్	108-00
26.	శ్రీలలితావిలోమ పంచదశీ	108-00
27.	శ్రీ గురు తంత్రం	108-00
28.	గాయత్రీ తంత్రమ్	108-00
29.	మహాశక్తి మంత్ర తంత్ర రహస్యాలు	150-00
30.	శ్రీ దుర్గ తంత్రమ్	200-00
31.	మహామృత్యుంజయఅమృతపాశుపతమ్	200-00
32.	సర్ప (నాగ)తంత్రం	250-00
33.	హవన తంత్రం	250-00
34.	షోడశనిత్యతంత్రం	250-00
35.	శాక్తేయతంత్రం	250-00
36.	రుద్రయామళతంత్రం	250-00
37.	లక్ష్మీప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
38.	హిరణ్యశూలినీ తంత్రమ్	250-00

39.	మాయాప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
40.	శ్రీ విశ్వరూప ప్రత్యంగిరా తంత్రమ్	250-00
41.	స్వర్ణాకర్షణభైరవతంత్రం	250-00
42.	కాశీవిశాలాక్షి తంత్రం	250-00
43.	శాంతితంత్రమ్	250-00
44.	యంత్రసిద్ధి	360-00
45.	శ్రీ లక్ష్మీతంత్రమ్	360-00
46.	మంత్రమహోదధి (స్త్రీదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
47.	మంత్రమహోదధి (పురుషదేవతాఃకల్పమ్)	360-00
48.	మంత్రశాస్త్రం (గ్రంథము)	360-00
49.	ప్రత్యంగిరాకృత్యాతంత్రం	360-00
50.	కామధేనువు తంత్రం	360-00
51.	శూలినీదుర్గాతంత్రం	360-00
52.	శ్రీవిద్య రహస్యం	290-00
53.	కులార్ణవ తంత్రమ్	150-00
54.	ఆచార్య సిద్ధ నాగార్జునతంత్రం (ఒరిజనల్)	390-00
55.	సిద్ధమూలిక రహస్యం (మంత్ర,యంత్రసహితం)	63-00

7. గ్రంథాలు - ఆరాధనలు

1.	భగవద్గీత శ్లోక తాత్పర్య సహితం	54-00
2.	భగవద్గీత (వచనం)	99-00
3.	భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యం-కేసుబైండింగ్	72-00
2.	గణేశ ఆరాధన 1	99-00
3.	గణేశోపాసన 2	99-00
4.	నవగ్రహవైభవం	99-00
5.	నవగ్రహ రెమెడీస్	99-00
6.	నవగ్రహ వేదం	99-00
7.	శనిగ్రహారాధన	99-00
8.	ఆదిత్యారాధన	99-00
9.	సుబ్రహ్మణ్యారాధన	99-00
10.	శ్రీ శివ ఆరాధన	99-00
11.	లక్ష్మీ ఆరాధన	99-00
12.	హనుమదారాధన	99-00
13.	లలితారాధన	99-00
14.	శ్రీ చక్రారాధన	99-00
15.	గాయత్రీ ఆరాధన	99-00

16.	వీరభద్రారాధన	99-00
17.	కుజగ్రహారాధన	99-00
18.	భైరవారాధన	99-00
19.	ద్వైవారాధన	99-00
20.	గీతారాధన (భగవద్గీత శ్లోకతాత్పర్యసహిత)	99-00
21.	శ్రీవేంకటేశ్వరాధన	99-00
22.	హయగ్రీవారాధన	99-00
23.	లక్ష్మీనరసింహారాధన	99-00
24.	శ్రీ బాలాత్రిపురసుందరీ స్తోత్ర కదంబం	99-00
25.	దేవీ లీలామృతం	99-00
26.	పురాణపండ సుందరకాండ వచనం	99-00
27.	పురాణపండ రామాయణం	99-00
28.	పురాణపండ భారతం	99-00
29.	పురాణపండ భాగవతం	99-00
30.	(సూరి) వాల్మీకి రామాయణం	99-00
31.	కాలసర్ప యోగం	99-00
32.	నిత్య జీవితములో రుద్రాక్షలు	99-00
33.	నిత్య జీవితములో నవరత్నాలు	99-00
34.	వేదసూక్తములు	99-00
35.	వేమన పద్యసారామృతం	99-00
36.	పండగలు పర్వదినాలు	99-00
37.	సూక్తిరత్నాలు	99-00
38.	హనుమచ్చరిత్ర	99-00
39.	నవగ్రహ దర్శనమ్	99-00
40.	నిత్యజీవితంలో నవగ్రహాలు	99-00
41.	సాలగ్రామములు	99-00
42.	గురుశుక్ర ప్రభావము చంద్రకళానాడీ	99-00
43.	శనిగ్రహరెమిడీస్	99-00
44.	జాతకసుధాసారము-జాతకమోక్షప్రదాయిని	99-00
45.	వివాహజ్యోతిషమంజరి-మ్యారేజ్‌మ్యాచింగ్‌గైడ్ (సాయిగణపతిరెడ్డి)	99-00
46.	మీపుట్టినతేదీనిబట్టి మీజీవితరహస్యాలు (న్యూమరాలజీ లైఫ్‌గైడ్) ,,	99-00
47.	మీఅదృష్టానికి (పేరు) నేమ్‌కరక్షన్ ,,	99-00
48.	న్యూమరాలజీ రెమిడీస్	99-00
49.	మూకపంచశతీ	99-00
50.	శ్రీరామకర్ణామృతం	99-00

51.	రహస్యకుక్కుటశాస్త్రం	300-00
52.	ఉపాసన విధానం	99-00
53.	పంచమవేదం మహాభారతం	99-00
54.	దేవుళ్ళ డాట్ కామ్	99-00
55.	గణపతిభాష్యం	99-00
56.	యజుర్వేద ఉపనయనవివాహప్రయోగమంజరి	99-00
57.	నవయోగులు	99-00
58.	ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనిదర్శించవలసిన ప్రముఖదర్గాలు	99-00
59.	సకలదేవతాఅష్టోత్తరాలు(పెద్దది)-(180అష్టోత్తరశతనామావళులతో)	99-00
60.	సకలదేవతా అష్టోత్తరశతనామావళులు (కేస్‌బైండింగ్)	216-00
61.	సకలదేవతా సహస్రనామములు	99-00
62.	ఆధ్యాత్మిక సూక్తి నిధి	99-00
63.	బ్రాహ్మణులు గోత్రాలు,ప్రవరలు	99-00
64.	సర్వదేవతాస్వరూపుడు శ్రీ వేంకటేశ్వరుడు	99-00
65.	శ్రీ లక్ష్మీసన్నిధి	99-00
66.	శ్రీలక్ష్మీగణపతి హోమకల్పం	99-00
67.	మార్షల్‌ఆర్ట్ స (కరాటే,కుంగ్‌ఫూనేర్చుకోండి)	99-00
68.	మ్యాజిక్‌గైడ్	99-00
69.	చదరంగం	99-00
70.	పంచముఖ హనుమత్ వైభవం	63-00
71.	గరుడపురాణం	40-00
72.	మాఘపురాణం	36-00
73.	శివపురాణం	36-00
74.	వైశాఖపురాణం	36-00
75.	కార్తీక పురాణం	36-00
76.	కార్తీక పురాణం (చిన్నది)	25-00
77.	సర్వకార్యసిద్ధికి రామాయణపారాయణ	63-00
78.	పెద్దబాలశిక్ష	50-00
79.	గాయత్రీ మహిమ	36-00
80.	వృక్షదేవతలు	63-00
81.	యాజుష స్మార్త సంస్కార చంద్రిక	200-00
82.	సనాతనవైదిక బ్రాహ్మణస్మార్తాగమకల్పమ్	150-00
83.	చతుర్వేదములు	120-00
84.	నవగ్రహారాధన	120-00
85.	తాళపత్ర సమాహార గోపురం	120-00
86.	మనుధర్మ శాస్త్రం (వచనంలో...) (కేస్‌బైండు)	250-00

87. మానవధర్మములు		120-00
88. వేదమంత్ర సంహిత		120-00
89. సహస్రలింగార్చన		120-00
90. శ్రీ శివగీత		120-00
91. ద్వాదశఉపనిషత్తులు		120-00
92. పురాణపండవారి సౌందర్యలహరి	(కేస్‌బైండ్)	250-00
(శ్లోకతాత్పర్యసహిత విపులవ్యాఖ్యతో)	సాదా	120-00
93. బృహత్ శివ స్తోత్ర రత్నాకరము		200-00
94. బృహత్ దేవీ స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
95. బృహత్ విష్ణు స్తోత్రరత్నాకరము		200-00
96. కేదారనాథ్ బదరీనాథ్ యాత్రాగైడు		63-00
97. దక్షిణావృత శంఖములు		63-00
98. 108 దివ్యదేశాల విష్ణుక్షేత్రదర్శని		36-00
99. ధర్మసింధువు(కేస్‌బైండింగ్)		270-00
100. భారతీయ శైవక్షేత్రయాత్రాదర్శిని		99-00
101. చిలుకూరి బాలాజీచరిత్ర		36-00
102. భగవత్‌స్తుతి		63-00
103. సూర్యోపాసన		36-00
104. కాశీఖండం		250-00
105. దేవీభాగవతం		360-00
106. శ్రీ ఆంజనేయం		216-00
107. ధర్మసందేహాలు		216-00
108. ఆధ్యాత్మిక దైవిక వస్తువులు		250-00
109. రామాయణం		600-00
110. పోతన భాగవతం		900-00
111. శివమంత్రములు		63-00

8. వైద్య గ్రంథాలు

1. ఆహారం ఆరోగ్యం	36-00
2. మూలికావైద్య చిట్కాలు	36-00
3. ఆయుర్వేద వైద్య చిట్కాలు	30-00
4. గృహవైద్య రహస్యాలు	36-00
5. గృహవైద్యసారం	36-00
6. హోమియోవైద్యం (ద్వాదశలవణచికిత్స)	63-00
7. ప్రకృతివైద్యం	36-00
8. ఆహారం-వైద్యం	99-00

9.	సంపూర్ణ ఆయుర్వేద-చిట్కా వైద్యం	99-00
10.	ఆయుర్వేదమ్	36-00
11.	ఆయుర్వేద మూలికావైద్యదీపిక	99-00
12.	దుంపకూరలు, ఆకుకూరలు, కాయగూరలు (వాడకం - ఉపయోగాలు)	99-00
13.	ఏకమూలికావైద్యం	99-00
14.	అష్టాంగ హృదయం (4భాగాలు)	1200-00
15.	రహస్యసిద్ధయోగవైద్యసారమ్	99-00
16.	ప్రాథమిక హోమియోవైద్యం	99-00
17.	ఒబెసిటి	99-00
18.	హెల్త్‌గైడ్	99-00
19.	ఆయుర్వేదం-జీవనవేదం	99-00
20.	ఫుడ్‌థెరపి	63-00
21.	న్యాచురల్‌థెరపి	99-00
22.	సంపూర్ణఆరోగ్యానికి 20ని॥	63-00
23.	కీళ్ళనొప్పులు మీ సమస్యలైతే...	99-00
24.	యోగామంత్ర	63-00
25.	యోగా మండే టు సండే	63-00
26.	హెర్బల్ మెడిసిన్-హెల్త్‌టుడే	99-00
27.	హెల్త్‌ఫైల్	108-00
28.	వస్తుగుణపాఠం	250-00
29.	రసాయన వాజీకరణ తంత్రం	150-00
30.	వస్తుగుణ మకరందం	400-00
31.	నాటువైద్యం -(కేస్‌బైండ్)	360-00
32.	నాటువైద్యం (చిన్నది)	99-00
33.	ప్రాణాయామము-యోగ	63-00

9. అయ్యప్ప - భవానీ రకాలు

1.	శ్రీ అయ్యప్ప లీలామృతం	30-00
2.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనపాటలు	63-00
3.	శ్రీ అయ్యప్ప పూజాకల్పం	20-00
4.	శ్రీ అయ్యప్ప భక్తి గీతాలు	20-00
5.	హారతిగైకొనుమా	40-00
6.	శ్రీ అయ్యప్ప దీక్ష F	10-00
7.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనమాల F	10-00
8.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యపూజ P	10-00

9.	శ్రీ అయ్యప్ప నిత్యనియమావళి P	10-00
10.	భవానీదీక్ష (శ్రీ భవానీ లీలామృతం)	36-00
11.	దేవీలీలామృతం	99-00
12.	శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	20-00
13.	దేవీ భక్తిగీతాలు	20-00
14.	భవానీదీక్ష P	10-00
15.	దేవీ భక్తిమాల F	10-00
16.	శ్రీ అయ్యప్ప భజనావళి	120-00
17.	అయ్యప్పపూజావిధి (జేసుదాసుసాంగ్స్‌తో)	24-00

10. భజనలు - కీర్తనలు

1.	అన్నమయ్య కీర్తనలు	20-00
2.	శ్రీరామదాసు కీర్తనలు	20-00
3.	సర్వదేవతా మంగళహారతులు	20-00
4.	వసుంధర మంగళ హారతులు	25-00
5.	సౌభాగ్య దేవతా మంగళహారతులు	36-00
6.	సర్వదేవతా భజనలు	36-00
7.	చిట్టి పొట్టి పాటలు	10-00
8.	జాతీయ గీతాలు	10-00
9.	దేశభక్తి గీతాలు	36-00
10.	పండుగలు-పుణ్యక్షేత్రాలు భక్తిగీతాలు	36-00
11.	గొబ్బిళ్ళపాటలు,లాలిపాటలు,కోలాటపాటలు	36-00
12.	అన్నమయ్య సంకీర్తనలు	99-00
13.	పెళ్ళిపాటలు-స్త్రీలపాటలు	36-00
14.	భక్తానంద భజనకీర్తనలు(ఓల్డ్‌సినీస్టైల్)	36-00
15.	సర్వదేవతాభక్తిమణిమాల	36-00
16.	బతుకమ్మ ఉయ్యాల పాటలు	36-00
17.	అన్నమయ్య సంకీర్తనానిధి(1000కీర్తనలు)	270-00

11. హిట్స్ సాంగ్స్

1.	ఘంటసాల భక్తిగీతాలు-భగవద్గీత	36-00
2.	ఎస్.పి.బాలు భక్తిగీతాలు	36-00
3.	ఘంటసాల సుమధురగీతాలు	99-00
4.	పి. సుశీల సుమధురగీతాలు	99-00

5.	ఎస్.పి. బాలు సుమధురగీతాలు	99-00
6.	ఎస్.జానకి సుమధురగీతాలు	99-00
7.	వేటూరి సుందరరామమూర్తిహిట్స్	99-00
8.	సర్వదేవతా సినీభక్తిగీతాలు	99-00

12. స్త్రీలకు ఉపయుక్త పుస్తకములు

1.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (వెజ్)	63-00
2.	శ్రీకాంతామణి వంటలు (నాన్‌వెజ్)	63-00
3.	శాకాహార వంటలు	30-00
4.	మాంసాహారవంటలు	30-00
5.	చిట్టిచిట్కాలు	30-00
6.	అందానికి చిట్కాలు	30-00
7.	పిల్లల పేర్లు (పెద్దది)	30-00
8.	పిల్లల పేర్లు (చిన్నది)	10-00
9.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ శాలీబోర్డర్స్	36-00
10.	లేటెస్ట్ ఎంబ్రాయిడరీ డిజైన్స్	36-00
11.	చిన్నారులకు చిరుతిళ్ళు	30-00
12.	పసందైన ఫాస్ట్‌ఫుడ్ వంటలు	30-00
13.	పలావ్‌లు, ఫ్రైడ్ రైస్‌లు, వెరైటీరైస్‌లు	30-00
14.	వేపుళ్ళు-ఇగుర్లు	30-00
15.	బ్రేక్‌ఫాస్ట్ వంటలు	30-00
16.	పండుగలలో చేసుకొనే పిండివంటలు	30-00
17.	మైక్రోవోవెన్ వంటలు	99-00
18.	సర్వదేవతాభక్తిమాల	36-00
19.	పిల్లలపేర్లు (బాబు)	36-00
20.	పిల్లలపేర్లు (పాప)	36-00
21.	మోడ్రన్ మెహంది (గోరింటాకు డిజైన్స్)	36-00
22.	మోడ్రన్ పిల్లలపేర్లు	99-00
23.	నోరూరించే నాన్‌వెజ్‌వంటలు	99-00
24.	మోడ్రన్ టైలరింగ్ (లేడీస్ & జంట్స్)	99-00

వివిధ రకాలు

ఎందరోమహానుభావులు	270-00
యోగాసనాలు	36-00
సూర్యనమస్కారములు	36-00
పొడుపు కథలు (చిన్నవి)	10-00

హిందీ-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
ఇంగ్లీషు-తెలుగు-స్వబోధిని	20-00
జనరల్ నాలెడ్జ్	20-00
నూరు ఎక్కాలు	10-00
1-100 టేబుల్ బుక్	10-00
1-100 టేబుల్‌బుక్ (క్రౌన్‌సైజు)	4-50
శ్రీరామకోటి	27-00
శ్రీశివకోటి	27-00
మేజిక్	30-00
అంకెలతో గారడీ	30-00
హృదయస్పందన (కవితలు)	30-00
వాత్స్యయన కామసూత్రాలు	36-00
ఎ.పి.టూరిస్ట్ గైడు	36-00
ఇంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
మహేంద్రజాల రహస్యాలు	30-00
శరీరభాష (బాడీ లాంగ్వేజ్)	99-00
క్రియాయోగం	36-00
ఆనందంగా జీవిద్దాం	99-00
హరిశ్చంద్ర నాటకం	50-00
వాత్సాయనకామసూత్రాలు	99-00
పంచసాయకం	99-00
రతిరహస్యాలు	99-00
అనంగరంగం (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
శృంగారకేళి (కంభంపాటి స్వయంప్రకాష్)	99-00
గాయత్రీవిజ్ఞాన్	99-00
చింతామణి (నాటకం)	50-00
బాలనాగమ్మ	50-00
కాళహస్తి స్త్రీల వ్రతకథలు	36-00
కాళహస్తి రామాంజనేయ యుద్ధం(బదిరెడ్డి)	50-00
కాళహస్తి గోవింద నామాల భగవద్గీత	36-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు చింతామణి	99-00
కాళహస్తి గృహవాస్తు మర్మాలు (బైండు)	63-00
రామరాయవాస్తుశాస్త్రం(ముద్రగడరామారావు)	90-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.హనుమాన్‌చాలీసా	10-00
ఎం.ఎస్.ఆర్.సుందరకాండ	80-00
బ్రహ్మంగారిజీవితచరిత్ర (జవంగుల)	125-00
శ్రీ ఆదిశంకరాచార్య దివ్యచరితామృతం	40-00

కాశీరామేశ్వర మజిలీ కథలు	63-00
శ్రీలలితాసహస్రనామము(భాస్కరభాష్యం)	600-00
ప్రకృతిసిద్ధాంతములు-వేదవిజ్ఞానము-ఫలితజాతక సూత్రములు	595-00
ముదుండి విశ్వనాథరాజుగారి గ్రంథములు	
విశ్వకర్మ ప్రకాశము	80-00
ప్రాచీనవాస్తుశాస్త్రాలు-ఆధునికవాస్తుపరిశీలన ,,	250-00
నారద సంహిత ,,	150-00
వాస్తురాజవల్లభము-మూలానువాదము ,,	60-00
మయమతము - వచనము ,,	80-00
బృహత్సంహిత - వచనము ,,	160-00
వాస్తువిజ్ఞానజ్యోతి	......
పురోహిత దర్శని (గోరసవీరభద్రాచార్య)	....
విశ్వకర్మవాస్తువిద్యారహస్యములు ,,	....
వాస్తు విజ్ఞాన చంద్రిక ,,	....
మహాదశా పారిజాతం ,,	....
వాస్తు నారాయణీయం ,,	120-00
యోగావళీఖండం ,,	120-00
ముహూర్తసింధువు	150-00
సర్వార్థచంద్రిక (4భాగాలు)	1208-00
మీరే న్యూమరాలజిస్ట్ (దావూద్)	370-00
నిర్ణయసింధు (2భాగాలు)	590-00
సాయి... ,,	45-00
శ్రీ దుర్గానందలహరి ,,	200-00
ఆరతిసాయిబాబా ,,	11-00
ప్రతిష్ఠకల్పః(సాగి నరసింహమూర్తి)	500-00
తాజుద్దీన్‌బాబా సచ్చరిత్ర	100-00

సుమారు 100 సం॥రాలునాటి ప్రాచీన ప్రతులు తిరిగి ఈ క్రింది గ్రంథములు ప్రచురించబడినవి.

శ్రీరామ మంత్రానుష్ఠానము	300-00
శ్రీరామనవరాత్రోత్సవకల్పః	300-00
సీతారామ కథా సుధ అయోధ్యకాండ	200-00
సీతారామ కథా సుధ బాలకాండ	150-00
అరణ్యకాండ	100-00
శ్రాద్ధము ఎందుకు పెట్టాలి ? షోడశ సంస్కారములు	200-00
స్మార్త కాపర్ది కారికలు	200-00
నపుంసక సంజీవనము, వైద్య శిరోమణి	200-00
విషవైద్య చింతామణి	200-00

హేమాద్రి సూరిణా ప్రాయశ్చిత్తాధ్యాయః	300-00
సర్వమూలికా గుణరత్నాకరం	300-00
ఆపస్థంబీయ ధర్మసూత్రాలు	300-00
సర్వశాంతి దర్పణం - అపర ప్రయోగ దర్పణం	200-00
గణకరంజని	200-00
సంతాన దీపిక	200-00
తిథినిర్ణయ కాణ్డః	250-00
ముహూర్త దర్పణం	200-00
జ్యోతిష శాస్త్ర రత్నము (శ్రీపతిజాతక పద్ధతి)	250-00
లఘుతాచకము	200-00
శ్రీ వైఖనస పైతృమేధిక ప్రయోగః	300-00
స్మృతి రత్నాకరము (ధర్మశాస్త్రం)	400-00
జాతకామృతతసారం	300-00
జాతక బోధిని	300-00
సంగీత విద్యాదర్పణం	300-00
సంగీత సర్వార్థసారసంగ్రహం	300-00
ముహూర్త మార్తాండం(టీకతాత్పర్యం)	450-00
జాతకరహస్యం	200-00
రాజమార్తాండం	200-00
ఆయుర్దాయదీపిక	200-00
వైద్యామృతం	200-00
అనుపానమంజరీ	200-00
నవగ్రహశాంతి విధానం-ఉదకశాంతి విధిః	200-00
చికిత్సరత్నము	200-00
స్వరచింతామణి	200-00
ద్వాదశలోహ భస్మవిధానం	200-00
దైవజ్ఞయశో విభూషణం	200-00
అనుపాన రత్నకరము	200-00
కాలామృతము	250-00
దైవజ్ఞకర్ణామృతము	300-00
రసేంద్ర చింతామణి	300-00
రసరత్న సముచ్చయం	300-00
వస్తుగుణరత్నాకరము	300-00
హోరానుభవదర్పణము	360-00
విశ్వకర్మ ప్రకాశిక వాస్తుశాస్త్రము	250-00
స్త్రీజన కల్పవల్లి	450-00
సంగీత సర్వార్థ సంగ్రహం	300-00
సంగీత సుధాసంగ్రహము	250-00
అర్క ప్రకాశము	200-00
సంగీత మార్తాండము	200-00
సంగీత ప్రథమబోధిని	200-00

వైద్యకల్పతరువు	200-00
రసప్రదీపిక	250-00
గణకానందము	250-00
శ్రీ లలితాసహస్రనామావళిః-వివరణాత్మక భావంతో	200-00
నవచండీ వేదోక్త శ్రీ దేవీ పూజాకల్పం	200-00
శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన తత్త్వప్రకాశిక	360-00
సంగీతమార్తాండము	250-00
సారావళి	360-00
భేషజకల్పము	200-00
గురుశిష్య ఆయుర్వేద వైద్యచింతామణి	360-00
జాతకమణి	200-00
సర్వశకున ప్రకాశిక	200-00
యాజుష ప్రయోగ చంద్రిక	250-00
శిక్షావల్లీ-ఆనందవల్లీ-భృగువల్లీ	300-00
వసంతరాజ శకునము	250-00
తొట్టి వైద్యం	450-00
జ్యోతిష సిద్ధాంత సంగ్రహము (పంచాంగ గణితం)	300-00
సహస్ర యోగప్రకాశిక	300-00
శ్రీవిద్యారహస్యం	290-00
మహర్షుల చరిత్ర 1,3 300+300	
వేంకట సోమయాజీయం అను ధర్మశాస్త్రకాండము	250-00
శ్రీఆంజనేయం	216-00
రాశితుల్యవత్సర ఫలితం	200-00
నాడి జ్యోతిష విశ్లేషణ	400-00
రహస్యకుక్కుటశస్త్రం	300-00
స్త్రీ ధర్మరత్న బాండాగారము	200-00
శైవోత్సవరత్నాకరం	300-00
యాజుషప్రయోగ చిన్తామణి	300-00
సుస్వర ఋగ్వేద ప్రయోగదర్శిని	300-00
ఆయుర్వేద వైద్య సంగ్రహం	300-00
వశిష్ఠ సంహిత	360-00
హోమియోపతి గృహవైద్యం	200-00
వ్రతచూడామణి	300-00
వైశ్యధర్మప్రకాశిక	300-00
ఆలయ నిత్యార్చన పద్ధతి	200-00
స్మృతిముక్తాఫలం	300-00
ఆపస్థంబయల్లాజీయమ్	300-00
జ్యోతిషశాస్త్రసంగ్రహము	200-00
కర్మవిపాకాఖ్యయం	360-00
ముహూర్త రత్నావళి	250-00
సుదివిలోచనం	300-00
ఉత్తర కాలామృతం	200-00
సర్వవిషయ సర్వస్వసంగ్రహం	200-00